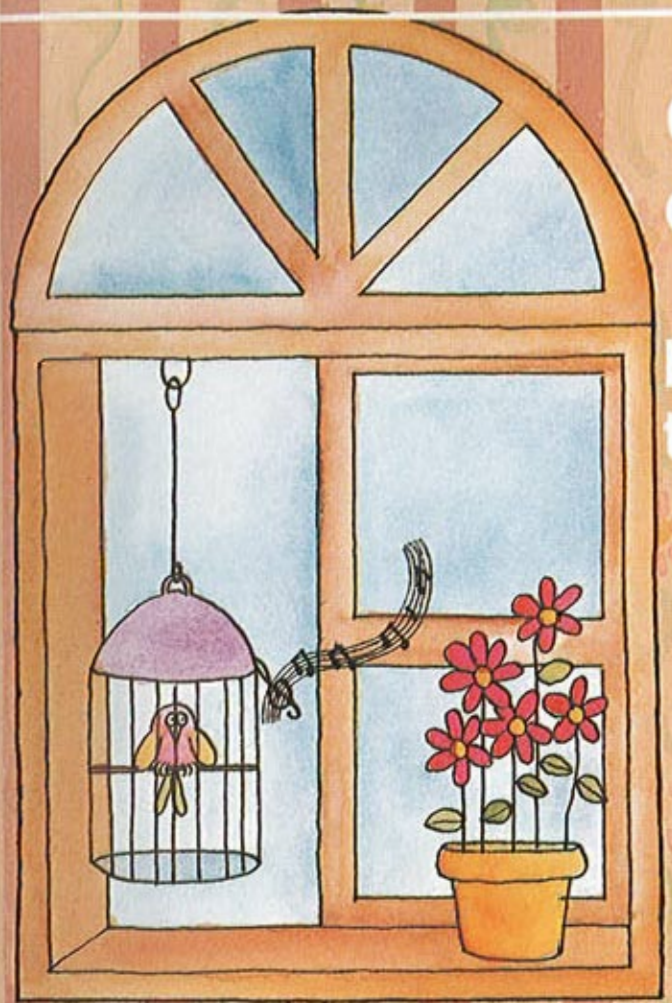
revista del
consumidor
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
NUMERO 138
800 PESOS



Conozca la calidad de la ropa importada

El consumo en la tercera edad

¿Uniformes? Usted decide

Cómo invertir en los bancos

0 03
10722 72513

COMPARE ANTES DE COMPRAR

Consomés

¿Recuerda cuando las sopas y guisados eran sazonados con un pescuezo o alón de pollo y un poco de sal? Ahora se utiliza el "consomé concentrado", que apenas contiene un ocho por ciento de residuos de pollo y especias. Lo demás es sal común y glutamato monosódico, sustancia química que sirve para hacer fuerte el sabor. Ninguna marca de consomé es mejor que otra; todas sirven igual para sazonar. El único consomé realmente bueno es el consomé natural, porque además del sabor, hace más nutritivas las sopas y guisados.

PROTEJA SU GASTO Y ECONOMIA

DIRECTORIO INCO

Dirección General
CLARA JUSIDMAN DE B.
Dirección Técnica
SALVADOR DE LARA RANGEL
Dirección de Promoción
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
Dirección de Producción Audiovisual y Editorial
MARTHA SUSANA RUIZ
Dirección de Finanzas y Administración
MANUEL GALVAN ZUART
Coordinación de Delegaciones
GRISELDA ARISTA QUEZADA

SUBDIRECCIONES

Estudios Socioeconómicos
JOSE MANJARREZ MEDINA
Estudios Técnicos
EDUARDO MARTINEZ PACHECO
Promoción
RODOLFO F. PEÑA VILLANUEVA
Producción Audiovisual y Editorial
JOSE LUIS GARCIA NAJERA
Administración y Finanzas
JAVIER ESCALERA LEANDRO

DELEGACIONES

AGUASCALIENTES: Lisette Reynaud Pulido
BAJA CALIFORNIA NORTE: Alejandro Malpica Ortiz
BAJA CALIFORNIA SUR: Norberto Carrillo Ceceña
CAMPECHE:
COLIMA: Juan J. Mayagoitia Portilla
COAHUILA: Marcela Gómez Wulschner
CHIHUAHUA: Adán Ramírez Ponce
CHIAPAS: Margarita Parra Betancourt
DURANGO: Gloria Blanco Rodríguez
ESTADO DE MEXICO: Gabriel Gama Flores
GUANAJUATO: Luis O. Medellín Ochoa
GUERRERO: Margarita Galeana Adame
HIDALGO: José Fco. Espinosa Vélez
JALISCO: Juan García Castillo
MICHOACAN: Xavier Loyola Campos
MORELOS: Raúl Carbonell Cárdenas
NAYARIT:
NUEVO LEON: Fco. Javier Núñez Rodríguez
OAXACA: Jorge Vargas Guzmán
PUEBLA: Roberto Arteche Lugo
QUERETARO: J. Luis Prieto Lyons
QUINTANA ROO: Francisco Jiménez Rojano
SAN LUIS POTOSI: Pilar Trespalacios Sosa
SINALOA: J. Carlos Rodríguez Nieto
SONORA: Raymundo Escamilla Díaz
TABASCO: Gladys Gatica Ramírez
TAMAULIPAS: Guillermo Núñez Vela
TLAXCALA: Miguel Díaz Reynoso
VERACRUZ: Julio César Sosa Mirós
YUCATAN: Hernán Morales Medina
ZACATECAS: Guillermo Esparza Elías

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

Sumario

Día Mundial del Anciano

El próximo 28 de agosto se celebra el Día Mundial del Anciano. Aquí publicamos una serie de artículos sobre la salud, alimentación y consumo de las personas de edad avanzada (pág. 4).

Ropa importada

Presentamos los resultados de una encuesta sobre la calidad de 120 prendas de vestir importadas (pág. 12).

Tras la pista de la reventa

Serie de entrevistas con revendedores y sus líderes, sobre este tema que afecta al consumidor (pág. 26).

Como vivir en el aire 2
Editorial 3
Cuando se llega a los 80 años 5
La vejez, ¿una enfermedad? 7
De anciana a mujer joven 9
Para una vejez más saludable 10
Calidad de 120 prendas importadas 12
Los uniformes a examen 13
La alimentación en la tercera edad 21
Un hogar con cabellos blancos 23
La vida de los ancianos en provincia 24
Tras la pista de la reventa 26
Asi puede invertir en en los bancos 28
Las andanzas de los precios 32
Los derechos de los turistas 34
Usted pregunta 37
El tomatl 39
Al balcón con aplausos o chiflidos 40

Consejo Editorial: Clara Jusidman de B; Martha Susana Ruiz de Saravia; Salvador de Lara Rangel; Griselda Arista Quezada; Rodolfo Peña Villanueva; Eduardo Martínez Pacheco; José Manjarrez Medina. **Subdirección de Producción:** José L. García Najera. **Jefe de Publicaciones:** Oscar Romero Rojas. **Jefe de Información:** Edgardo García Carrillo. **Jefe de Redacción:** Patricio Avitia. **Suplemento "El Brinco":** Teófilo Huerta. **Diseño:** Gabriel Castro. **Formación:** Enrique Méndez; Víctor M. Gutiérrez. **Tipografía:** Ana S. Chio; Nora G. Páez. **Corrección:** Roberto Carlo López **Reporteros:** Mario A. Caballero; Amalia Beltrán E.; Marta Sandra García; Eduardo Aguilar; Enrique Lara; Laura Juárez. **Formación e ilustración del Brinco:** Ma. Dolores Ramírez; Nora G. Páez; Mónica Miranda V. **Fotógrafos:** Fernando Rojas; Gustavo A. Carrillo V. **Núm. 138-VIII-88.**
Apoyo de los Departamentos: Análisis sobre Comunicación: José Chan Escalante. **Comunicación y Diseño Gráfico:** J. Gabriel Castro R. **Información y Orientación Directa:** Gregorio Alanís Pardiñas. **Derechos del Consumidor:** Héctor I. Mejía Alvarado. **Documentación e Información:** Héctor Leal López. **Departamento de Operación:** Armando Muñoz Morales. **Educación para el Consumo:** Nelson Severino **Bioquímica:** Rocío Alvarez Medina. **Alimentación y Nutrición:** Ivonne Shoucair. **Estudios Económicos:** Fabián Terán Rivas. **Seguimiento y Análisis del Consumo:** Luis R. Vega. **Ingeniería:** Gerardo Pérez Hernández.

Como vivir en el aire...

Desde que la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) inició sus labores, las quejas recibidas por irregularidades en la compra de bienes inmuebles han sido constantes, tanto en el Distrito Federal como en los estados de la República.

Los conflictos entre vendedores de inmuebles y consumidores surgen debido a que, por lo general, en esa relación comercial no media un contrato de adhesión registrado en la Profeco, tal como lo establece la Ley Federal de Protección al Consumidor en su artículo 63.

Muchas de las denuncias que se presentan en la Profeco se deben al incumplimiento de los vendedores en la entrega del inmueble. En especial abundan las quejas contra las empresas que tratan de atraer clientes por medio de la oferta de "preventa".

En muchos de estos casos los consumidores firman un contrato con la inmobiliaria, porque les han prometido que la casa o el departamento en condominio les será entregado en poco tiempo.

Por las mismas condiciones de la operación que señala la entrega del bien a futuro, el consumidor espera un tiempo prudente para que le cumplan. Sin embargo, hay ocasiones en que la inmobiliaria no cumple el compromiso a pesar de que el comprador le entregó una fuerte cantidad como "enganche", y que pagó puntualmente los abonos correspondientes.

Un ejemplo de este caso es el de la inmobiliaria denominada Plan de Condominios, S.A., de Monterrey, N.L., que desde hace más de tres años vendió departamentos en condominio a consumidores regiomontanos y aún no construye ningún edificio para tal fin. Problemas similares con esta compañía se presentaron en las ciudades de México, Acapulco y Torreón.

Ante esta situación, los afectados acudieron a levantar su demanda en la Profeco. La institución intervino y trató de hablar con los responsables de la inmobiliaria. Al no recibir respuesta la Profeco clausuró la matriz de dicha empresa (en Monterrey, N.L.) y sentenció que se devuelva el dinero que pagaron los consumidores, con los intereses señalados por la ley, o que se cumpla con la entrega del bien en un plazo razonable.

Otras inmobiliarias que ya han sido demandadas en la Profeco son: Carbi Inmobiliaria, S.A. de C.V. y Conde Hotel Playa Mar Cipa, S.A.

Pero las dificultades con las inmobiliarias no terminan allí. Según la Profeco; otro problema común con las empresas constructoras de viviendas surge cuando realizan cambio de domicilio o razón social, con la finalidad de evadir responsabilidades con sus clientes.

En ocasiones, las inmobiliarias presentan al comprador una carta de "promesa de compra"; después le hacen firmar un contrato que tiene otra razón social, otro más donde ofrecen cierto crédito para pagar; además, firman documentos como pagarés o letras de cambio con otra compañía diferente, de tal forma que al final el consumidor no sabe a quien se le puede exigir el cumplimiento del convenio. Ante estas anomalías, no se deje engañar. Antes de realizar alguna operación comercial para comprar casa verifique que la compañía con la que piensa pactar cumpla con los siguientes requisitos:

—La inmobiliaria debe estar registrada en la Procuraduría Federal del Consumidor, al igual que el contrato que utilice para sus transacciones.

—El contrato de compra-venta tiene que estipular el precio, los intereses, la forma y periodicidad de los pagos, la fecha de entrega del bien y sus especificaciones.

—Cuando se trate de un contratc con empresas que venden inmuebles con promesa de entrega a futuro, antes de iniciar la operación comercial y verificar los puntos anteriores, se debe garantizar ante la Profeco la entrega de inmueble, es decir, acuda a la institución para que ante ella se pacte la entrega del bien.

Finalmente, en la Procuraduría Federal del Consumidor también le proporcionarán información acerca de la inmobiliaria con la que va a realizar alguna operación. Ahí le indicaran si dicha empresa tiene problemas legales o no. Antes de firmar es mejor investigar.

Fuente: PROFECO.

Laura Juárez E.

Editorial

¿Uniformes?

La decisión del consumidor

Con el propósito de proteger la economía familiar, hace unas semanas las autoridades de la Secretaría de Educación Pública decidieron que **no se pedirá** el uso del uniforme escolar durante el próximo periodo lectivo, en los planteles que forman parte del sistema educativo nacional.

Con esta medida se pretende garantizar que sean los padres de familia quienes decidan sobre el tipo de prendas que sus hijos utilizarán en la escuela.

Si bien el uniforme escolar formalmente no había sido obligatorio en primaria, su uso se había vuelto una costumbre en las escuelas.

Lamentablemente, para el ciclo escolar 1988-1989 algunos productores de prendas para uniformes incrementaron en forma desproporcionada sus precios. Por ejemplo, mientras que en el período de mayo de 1987 a mayo de 1988 el Indice Nacional de Precios al Consumidor en el rubro de ropa y calzado ascendió a 151.2 por ciento, algunos suéteres escolares se entregaron para su venta en los comercios con un aumento de precios de 210 por ciento, y los zapatos tenis, 180 por ciento.

En vista del incremento injustificado de los precios de los uniformes que se estaban entregando a la venta y con el propósito de proteger la economía familiar en estos momentos difíciles, los representantes del Congreso del Trabajo ante la Comisión de Seguimiento del Pacto propusieron que en esta ocasión no se solicitara el uso de uniformes en las escuelas.

Como medida complementaria, las autoridades de la Secretaría de Educación Pública anunciaron que solicitarán los útiles escolares en forma paulatina, conforme sean necesarios, para que los padres estén en posibilidad de distribuir sus compras en el transcurso del año.

Por nuestra parte, como consumidores, ahora tenemos la posibilidad de decidir con absoluta libertad sobre las diferentes opciones que se nos abren para lograr importantes ahorros. Podemos, por ejemplo, decidir si nos conviene adquirir uniformes a precios razonables, o bien, prendas de vestir sencillas, durables y de buen precio. También podemos renovar los uniformes, materiales y útiles que sean susceptibles de usarse nuevamente.

Vale la pena recordar aquí que la moda, las prendas "lujosas" y los útiles escolares sofisticados y caros no garantizan un mejor aprendizaje por parte del alumno.

En fin, sobre las formas de empezar mejor el regreso a clases, los consumidores tenemos ahora la decisión.

Día Mundial del Anciano

En la hora del retiro

En la composición de nuestra estructura poblacional han predominado tradicionalmente los jóvenes. Las razones son diversas y, en su conjunto, poco gratificantes. Entre ellas destacan los altos índices de crecimiento demográfico, combinados con índices también muy altos de mortalidad en edad temprana, y precaria esperanza de vida. Desde hace algunos años, ciertamente, esos indicadores han empezado a modificarse, aunque todavía no con la celeridad deseada. De todos modos, la presencia social de los jóvenes sigue siendo preponderante.

Eso explica, sin justificarlo, que las previsiones sobre la ancianidad sean tan escasas en nuestro país.

Lo son en materia de protección jurídica. Por ejemplo, carecemos aún del derecho a la pensión jubilatoria general, que sólo disfrutan los trabajadores al servicio del Estado o quienes han logrado conquistarlo bilateralmente por la vía de la contratación colectiva. Y parece que la Ley del Seguro Social, como lo han advertido recientemente los propios legisladores, en muchos sentidos no ha evolucionado de manera consecuente con las nuevas necesidades, determinadas por circunstancias sociales distintas, de la población derechohabiente, en particular por lo que se refiere al monto de las pensiones por vejez. Otro ejemplo es la carencia de una infraestructura institucional capaz de atender las demandas médicas, habitacionales y de recreación de los ancianos. Finalmente, consideremos la insuficiencia -o la ausencia, en algunos casos- de investigaciones serias, desde distintos ángulos, sobre las peculiaridades de la vejez en México, lo que imposibilita el trazo de políticas apropiadas.

El perfil del consumidor, y por tanto de los destinatarios de los servicios del INCO, no está definido

por edades. Debemos abarcar, en consecuencia, el ciclo integral de la vida. De ahí que nos interese explorar la situación de los ancianos y promover el estudio de sus características tanto biológicas como socioeconómicas, para estar en condiciones de encaminar hacia ellos nuestras funciones institucionales con mayor eficacia.

En México hay alrededor de 5 millones de personas de edad avanzada, y según las proyecciones esa cifra se duplicará al trasponer el año 2000. Nuestra sociedad debe prepararse para garantizar el derecho de esa población a una vida digna, al tiempo que vela, ahora mismo, por combatir los rezagos, los errores y el virtual olvido de que son víctimas los ancianos, los que han sobrevivido al esfuerzo social de construir al país.

Porque es el hecho que sólo una mínima parte de ellos -aproximadamente un 20 por ciento-, gozan de un ingreso regular por concepto de jubilacilón o de pensión del régimen de seguridad social; y aun éstos, en el interior de la crisis, han reducido su poder de compra a niveles alarmantes.

Por ello asistimos al espectáculo bochornoso de que cada vez más ancianos busquen angustiosamente su sobrevivencia en el marco de la economía informal o recurrran a la caridad pública. Recordemos, además, que por las singularidades de nuestro desenvolvimiento social, muchos de ellos siguen siendo jefes de familia, porque las circunstancias adversas reincorporan a los hijos, y en ocasiones a los nietos, al hogar paterno.

No ignoramos que la problemática de los ancianos es compleja y que las soluciones óptimas están lejos de ser sencillas. En mayor o menor grado, la población de la llamada tercera edad sufre carencias de distinta índole en todos los países del mundo, sin descontar a los más avanzados, cualquiera que sea su régimen social. Pero en otras latitudes ha habido una preocupación más antigua, constante y productiva respecto de esa problemática, y nosotros podríamos aprovechar las experiencias y ensayos para adaptarlos a nuestra realidad, y confrontarlos con nuestras propias investigaciones.

Afortunadamente, las organizaciones de ancianos que están surgiendo a escala nacional desde hace una década han despertado nuestra conciencia respecto del abandono y la vulnerabilidad extrema de ese importante sector de nuestra sociedad. Y debe decirse que a partir de ahí, han habido respuestas sensibles, positivas, tanto en el seno de la sociedad como en el dominio de las instituciones públicas. Sin embargo, queda casi todo por hacer excepto ignorar el problema. Esto era de esperarse, porque en último análisis el destino actual de los ancianos es el mismo que aguarda a los jóvenes u hombres maduros del presente si no cambiamos sustancialmente las reglas de tratamiento social excepto de aquellos a quienes les llega la hora del retiro de la actividad productiva.

Rodolfo Peña

Cuando se llega a los 80 años

Este es el testimonio de Malcolm Cowley, destacado escritor estadounidense quien, a sus ochenta años, decidió hacer algunas reflexiones sobre los cambios que se habían presentado en él:

Es cierto que se ha escrito acerca de la vejez, pero pocas veces desde el punto de vista de un anciano.

No basta con tener amplios conocimientos literarios y basarse en estadísticas y reportes médicos; hace falta saber qué es lo que se siente convertirse en una persona de edad avanzada.

El cumpleaños número 80 es un buen momento para pensar en el futuro, no en el pasado. Las expectativas de vida se reducen y la entrada a este nuevo ámbito de la existencia constituye una experiencia nueva que debe ser aprovechada al máximo.

El nuevo octagenario se siente más fuerte que nunca cuando está sentado en una confortable silla. Medita, sueña, recuerda. No quiere que los demás lo interrumpan. Le parece que la vejez es solamente un "traje" del que los otros se apropian; la verdad, la esencia del ser no tiene edad. En un momento se levantará para caminar por el bosque, llevando una escopeta, o una caña de pescar si es primavera. Entonces, sus huesos crujen al ponerse de pie, se encorva para mantener el equilibrio, y se da cuenta de que no hará nada de lo que pensó. Cada parte de su cuerpo tiene mensajes para él, o solamente un mensaje: "Estás viejo".

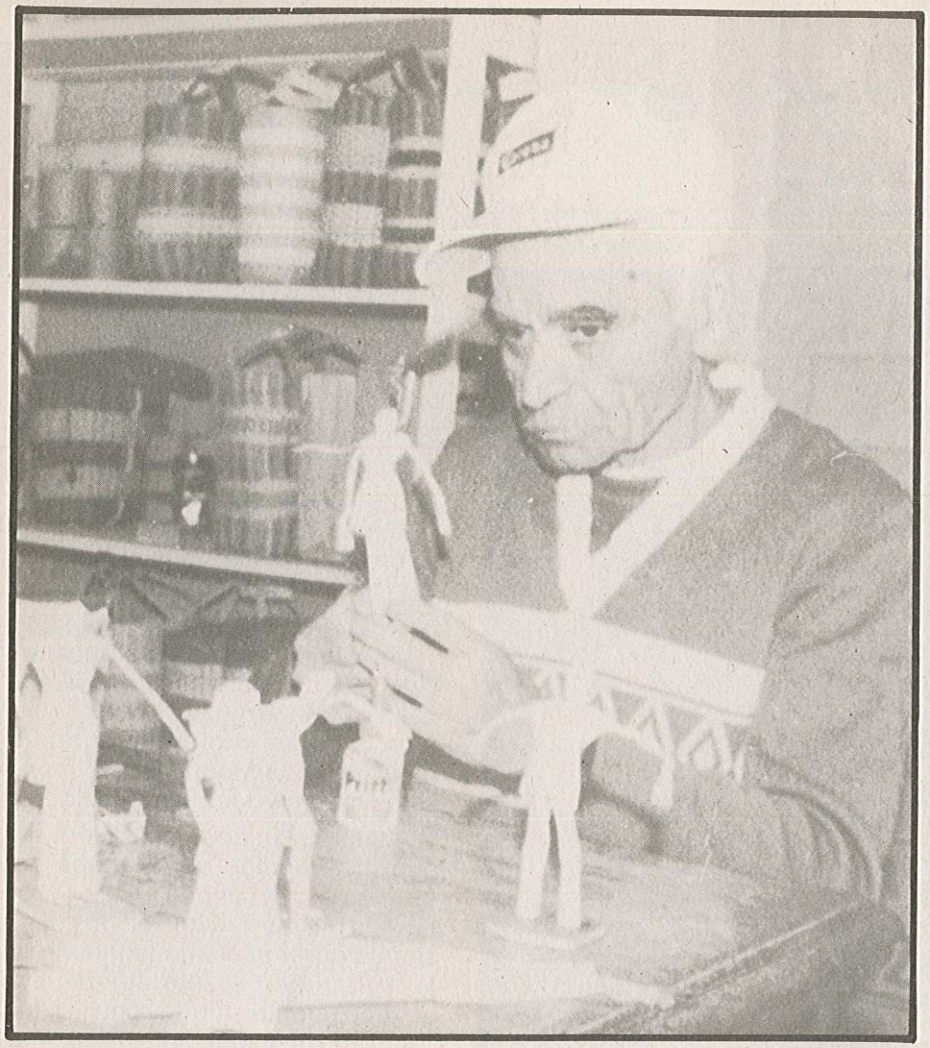
En su nuevo papel, el anciano encontrará la tentación de nuevas experiencias, por las que recibe nuevas compensaciones (no muy ampliamente conocidas) y posiblemente obtendrá nuevas virtudes, entre las que sobresale la heroica o solamente obstinada negativa de rendirse frente al tiempo.

La sociedad emite el primer mensaje ante la edad, ya que comenzamos a envejecer a los ojos de los demás y lentamente llegamos a compartir su juicio.

Mi cabello estaba más encanecido —debió haber sido en 1974— cuando una joven se levantó y me ofreció su asiento en un autobús de la Avenida Madison. Ese mensaje amable y también desolador. "¿Acaso no puedo estar de pie?" pensé, al tiempo que le daba las gracias y rechazaba el asiento. Pero lo mismo sucedió en dos ocasiones durante el año siguiente, y la segunda vez acepté agradecido el ofrecimiento, aunque con la sensación de disminuir ante mí mismo.

Pero hay también placeres del cuerpo, o de la mente, que disfruta una gran cantidad de personas mayores.

Estos placeres incluyen cosas que la gente joven encuentra difíciles de apreciar. Uno de ellos es simplemente sentarse quieto como una serpiente sobre una piedra bajo el sol, con un delicioso sentimiento de indolencia, difícil de conseguir en la juventud. Una hoja se agita, una nube se mueve en el horizonte. En tales momentos, el anciano, completamente relajado, se convierte en parte de la Naturaleza, una parte viviente con sangre corriendo por sus venas. El futuro no existe. Piensa, si es que está pensando, que la vida para los jóvenes es una batalla cuerpo a cuerpo, en la que ahora él no tiene nada que ganar o perder.



Para algunos, envejecer es una razón para darse por vencidos, abandonar toda esperanza y continuar únicamente existiendo en la tediosa espera del cercano final.

No tengo derecho de culpar a aquellos que se rinden, ya que no me es posible ponerme en su lugar. Frecuentemente, ellos se ven impedidos por razones de peso, físicas o morales. No sufren solamente a causa de varias dolencias, sino también por el dolor de sentir que no tienen nada más por hacer dentro de la comunidad. Sus familiares y vecinos no les piden consejos, ni los escuchan cuando hablan, ni los solicitan si se requiere ayuda. **Yo comprendo sus problemas, pero los hombres y mujeres que envidio son aquellos que aceptan la vejez como una serie de retos.**

Para esta clase de personas, cada nueva dolencia es un enemigo al cual se debe engañar con astucia es un obstáculo a vencer con fuerza de voluntad. Disfrutan cada pequeña victoria sobre sí mismos y a veces obtienen un éxito mayor.

La idea de la muerte, debido a su cercanía, se convierte en un hecho cotidiano, es algo menos temible Llega a ser un importante estímulo para vivir intensamente, lo cual involucra directamente al trabajo.

Grandes artistas como Renoir y Goya en la pintura, y Giovanni Papini en la literatura, crearon obras espléndidas durante su vejez, sobreponiéndose a los obstáculos físicos propios de la edad.

Poeta o ama de casa, hombre de negocios o maestro, cada persona de edad avanzada necesita un proyecto de trabajo si quiere mantenerse viva.

Un nuevo proyecto saca a flote aspectos de la personalidad que pasaron inadvertidos con anterioridad y además puede liberar un nuevo cúmulo de energía.

No obstante, los ancianos constituyen la gran fuente de labor no utilizada dentro de la sociedad que los considera únicamente como consumidores, no como productores.

No quiero expresar quejas acerca de la suerte de las personas mayores. Como grupo, formamos una minoría en desventaja, pero algunos somos mucho más afortunados que otros. Aunque todos vamos en el mismo barco, con boletos hacia el mismo destino, no disfrutamos del mismo "confort" durante el viaje.

Envejecer con dignidad y coraje no es una tarea fácil, no hace falta leer para aprender que al llegar a los ochenta los horizontes comienzan a estrecharse.

Muchos de los viejos amigos han desparecido y es difícil encontrar nuevos. Entretener a los visitantes e ir de visita llega a ser problemático. Poco a poco las personas de edad se encierran en sí mismas, poco a poco se mantienen ocupadas únicamente por lo que pasa en su imaginación.

Para ellos, este aislamiento se convierte en una ocupación apropiada en su periodo de vida. Es todavía su obligación compartir afecto y contribuir con el mundo tanto como sea posible, pero también tienen la tarea de encontrar y reunir las piezas de su personalidad.

Aquellos que han llevado una vida rica en acontecimientos, son recompensados con gratos recuerdos. Los que han amado tienen mayores posibilidades de ser amados.

La vejez es una búsqueda fascinante por sí misma, y poseer nuestra propia identidad de la misma manera que el artista posee su obra.

*Fuente: Tomado de: **The view from 80,** de Malcolm Cowley. Traducción: Dorotea Torres Ponce.*

La vejez, ¿una enfermedad?

Pocas veces el anciano encuentra actividades de acuerdo con sus capacidades físicas e intelectuales. Además, la mayoría de las personas de la tercera edad no tienen trabajo remunerado con el que puedan lograr cierta seguridad económica, opina el doctor Miguel Krassoievitch, médico psiquiatra, investigador de tiempo completo en el departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina de la UNAM.

El doctor Krassoievitch destaca la importancia del posible estado anímico depresivo que padecen muchos ancianos cuando se jubilan o dejan de realizar sus actividades productivas. "Desde luego que no es normal que una persona esté deprimida más allá de las variaciones de ánimo que todos tenemos. La depresión, si bien es frecuente en los ancianos, no significa que sea común entre ellos o que forzosamente sea parte de su vida".

Revista del Consumidor.- **¿Considera usted que hay enfermedades propias de los ancianos?**

Doctor Krassoievitch: En primer lugar, creo que no hay enfermedades que sean propias de la vejez, sino que es muy común que se asocie ésta con los "achaques" o enfermedades.

Muchas personas confunden vejez con enfermedad, como si el anciano fuera una persona que necesitara algún tratamiento especial para recuperar la juventud. Por tal motivo, se piensa que la juventud sería lo normal y la vejez la enfermedad. Yo estoy en desacuerdo con este punto de vista. Debemos considerar que dentro del ciclo vital hay una etapa, entre los sesenta o setenta años, que tiene determinadas características y que, como tal debe ser entendida sin que sea necesario asociar la vejez con enfermedades como las depresiones u otras.

También es común enfocar los problemas del anciano desde un punto de vista negativo, al considerarlo como un ser marginado y deprimido. La vejez debe entenderse como una etapa de la vida y verla sin prejuicios.

R. del C.- **¿Cuáles son las características psicológicas, propias del anciano?**

Dr. Krassoievitch: Existen dos aspectos psicológicos importantes en las personas de edad avanzada. Por ejemplo, cuando una persona de setenta años recuerda todo lo que vivió en los años anteriores tiene una tendencia a preguntarse qué hizo y cómo lo hizo. El otro aspecto sobre el que reflexiona el anciano es el que se refiere a su futuro y el poco tiempo que le queda de vida. Estos dos temas son el centro de las reflexiones de los ancianos. En este momento el anciano no debe deprimirse ni sentirse mal por lo que hizo o dejó de hacer, al contrario, debe aceptar la existencia tal y como la vivió, porque no hay otra oportunidad o posibilidad de reconstruir aquello que ya pasó. La otra tarea es aceptar que el ciclo de vida de toda persona tiene un fin. Se tiene que aceptar, no con alegría porque nadie acepta con gusto la idea de la propia muerte, pero sí, en el mejor de los casos, con cierta tranquilidad, con la convicción de que sí valió la pena vivir.

"Sin embargo —nos dice el doctor— una persona deprimida siente que su existencia fue un fracaso, tiene muchos remordimientos con respecto a su pasado y un sentimiento de culpa muy grande ante la perspectiva de la muerte. Esto último cabría dentro de los patológico, de lo anormal y no es lo que debería suceder en una vejez sana".

La falta de dinero y la depresión

El doctor Krassoievitch aclara que para hablar de la capacidad de consumo de los ancianos debemos tomar en cuenta su capacidad económica: "Una gran parte de la población de edad avanzada tiene una situación precaria que le dificulta satisfacer sus necesidades. Existen otros grupos de ancianos jubilados cuya pensión no alcanza para adquirir los productos de consumo básico. No obstante, existe una minoría de ancianos que tiene, gracias a sus familiares, la capacidad económica para ser un consumidor y satisfacer no sólo sus necesidades básicas sino otras más".

"La jubilación supuestamente es un beneficio que se le brinda al trabajador cuando llega a determinada edad; pero en realidad es un momento que no se puede evitar o rechazar aun cuando la capacidad de trabajo se mantenga. Por lo tanto, hay un criterio cronológico que determina el cese de la actividad profesional, pero éste no toma en cuenta las decisiones y voluntad del empleado".

Al respecto, el doctor Krassoievitch retoma las reflexiones del geronto-psiquiatra Mario Strejilevich, publicadas en la revista **Platense**, las cuales señalan que: "debemos tener presente que en países como el nuestro (Argentina) la jubilación tiene características que deben incluirse como reales causas patógenas, o sea, causas de enfermedad entre las personas de tercera edad:

1.- Las jubilaciones son forzadas, es decir, son obligatorias.

2.- Tienen como causa la única razón de la edad cronológica y no la capacidad productiva (ocultamente son válvulas para permitir el ingreso de generaciones más jóvenes en vez de aumentar la producción).

3.- No son pactadas entre trabajadores y patrones, sino que son decisión del patrón.

4.- Son bruscas y sin transición.

R. del C.- **¿Qué nos puede decir acerca de los centros de atención o instituciones privadas para los ancianos?**

Doctor Krassoievitch: Las instituciones dedicadas en forma privada al cuidado de los ancianos originan un cambio en las familias donde ya no tiene lugar el abuelo. La familia se ve sustituida por grupos privados, albergues, casas-hogares y otros, que dependen de instituciones oficiales.

En el caso de los albergues para los ancianos existe una carencia de personal especializado en diversos niveles, desde médicos que conozcan bien los problemas de las personas que llegan a esta etapa de la vida, hasta el personal de enfermería que no tiene los conocimientos básicos para la atención de los ancianos.

El problema más grave en la atención de éstos se encuentra en los centros urbanos, por ejemplo en la ciudad de México, en donde los ancianos difícilmente pueden transportarse hacia los lugares donde reciben atención médica, recreativa y cultural, entre otras. La edad, así como ciertas limitaciones físicas, dificultan sus paseos y distracciones. En la urbanización del país no ha sido considerada esta parte de la población, lo que provoca serios problemas para la sociedad.

R. del C.- **¿Cuáles cree usted que sean otras necesidades del anciano?**

Dr. Krossoievitch: Una de las necesidades más importantes, en términos de consumo, sería la de los medicamentos. En el caso de los ancianos que están amparados por una institución de seguridad social, pueden tener acceso a los medicamentos, pero toda la población que carèce de este beneficio tiene que conseguirlos por su cuenta. Como se sabe, los medicamentos tienen precio muy elevado en proporción a los ingresos que pueda tener la gran mayoría de ancianos.

Por otra parte, los ancianos no son personas consumistas, salvo los que tienen suficientes recursos económicos. En algunos casos el anciano consume lo estrictamente necesario o por debajo de lo necesario. Muchas veces no están cubiertas las necesidades mínimas en términos de alimentación, vestido y vivienda.

R. del C.- **¿Nuestro país está preparado para tener una mayor población de ancianos?**

Dr. Krassoievitch: En general, eso depende de factores culturales. Es necesario tener una preparación psicológica, pues hay una actitud de negación o de rechazo hacia lo que es la vejez o la cercanía a la muerte. La preparación, en estas condiciones, es bastante difícil. Debemos dejar de marginar a los ancianos. Debemos integrarlos a la sociedad, ya que son parte de la misma, y evitar concentrarlos en ciudades, barrios o instituciones privadas que es una forma de ocultarlos y tenerlos alejados.

José Eduardo Aguilar / Enrique Lara

De anciana a mujer joven

Después de doscientos exhaustivos y espantosos días que vivió como una anciana de 85 años, Patricia Moore, diseñadora industrial, volvió a su vida de mujer joven, ahora de 35 años de edad. Hace 5 años se quitó la peluca gris, su máscara de latex, sus cojines engordadores y salió de su edad simulada.

Porque sabía que las necesidades de mucha gente han sido ignoradas, Patricia Moore decidió investigar lo que es envejecer y estar enfermo en una sociedad que sobrevalora la juventud y la salud **Con la piel arrugada artificialmente, la vista empañada con vaselina o con lentes de contacto borrosos, con sus articulaciones entiesadas por cintas engomadas para simular artritis, viajó por 116 ciudades y pueblos de los Estados Unidos de Norteamérica y Canadá, experimentando las afrentas y humillaciones sufridas por los ancianos.**

"Al final del día estaba yo exhausta, enojada, cansada y deprimida. Aun cuando usted encuentra gente agradable, las demás cosas lo conducen a uno a negarlas".

Ella encontró que las letras pequeñas que aparecen en las etiquetas de las medicinas no pueden ser leídas por los ojos empañados por las cataratas; que los dedos artríticos no pueden dar vuelta a las perillas ni a los discos de teléfonos ni abrir tapas de frascos; que las ollas pesadas, cacerolas y las cafeteras pueden caérseles fácilmente, quemándoles los puños y las manos que son demasiado débiles para sostenerlas.

Durante su experiencia, la diseñadora notó que los enseres no están fabricados para ayudar a los ancianos a que sigan siendo independientes y autosuficientes.

"Cuando un objeto le falla a un anciano, parece que le está gritando: Tú no nos importas".

La actitud de la mayoría de la gente grita el mismo mensaje. Disfrazada de mujer vieja, Patricia Moore encontró que los empleados y los cajeros con frecuencia son rudos, condescendientes o protectores. Cuenta que "si iba de compras con una persona más joven, el empleado actuaba como si yo fuera invisible, dirigiéndose únicamente a mi atractiva compañera". En su verdadera identidad Patricia Moore vende artículos que la gente acepta sin comentarios: tazas, máquinas de escribir, escritorios y otros objetos.

La investigadora tenía tres caracterizaciones de la mujer anciana: de una anciana de clase económica media, de la anciana pobre y la de una señora adinerada con abrigo de piel; ésta obtenía el servicio más rápido y eficiente.

Fue asaltada dos veces y una vez golpeada brutalmente, dejándola con los dedos insensibles y la pelvis lastimada, lo que tal vez le impediría tener hijos. "Puedo comprender, ahora, por qué la gente está temerosa de salir", concluyó.

Fuente: Testimonio proporcionado por Betsi Hollants, Coordinadora de la Asociación Civil VEMEA, A.C. (Vejez en México, Estudio y Acción), Cuernavaca, Mor.

Para una vejez más saludable

El miedo a las caídas

A pesar de que frecuentemente se dice que las caídas son inevitables en las personas de edad avanzada, el Dr. Rein Tideiksaar, codirector del programa "Caídas e inmovilidad", del Departamento de Geriatría y Desarrollo Adulto del Centro Médico Monte Sinai, en Nueva York, afirma: "es cierto que las personas de edad avanzada son más vulnerables a las caídas, pero éstas no deben ser aceptadas como parte del envejecimiento".

La prevención comienza por identificar los momentos en que el paciente se encuentra en un alto riesgo de sufrir una caída. **La mayor parte de las caídas ocurren principalmente en tres lugares: las escaleras, el baño y la cocina.** Una inadecuada iluminación de las escaleras, la falta de barandales, una alfombra demasiado gastada o los escalones rotos representan un peligro para cualquier persona, sin importar su edad. Lo mismo ocurre en las cocinas con un piso demasiado encerado, con agua alrededor del fregadero, con grasa en el suelo o gabinetes demasiado altos. En el baño los pisos mojados, las tinas jabonosas y la falta de un barandal adecuado representan un verdadero peligro, especialmente para las personas mayores.

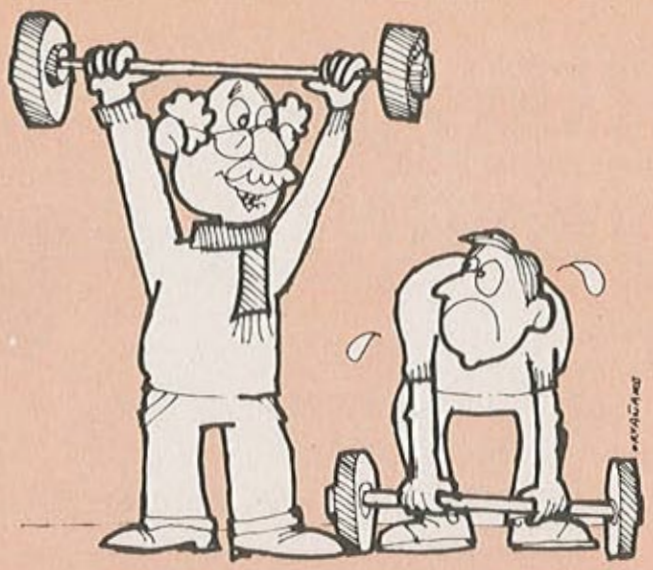
Las mujeres sufren caídas más frecuentemente que los hombres. Esto se debe a que ellas utilizan zapatos que les desarrollan un paso con una superficie menor de apoyo. La consecuente debilidad en los tobillos y los zapatos mal diseñados y resbalosos son factores importantes que propician las caídas. El hombre, por el contrario, utiliza zapatos con base más ancha, suela plana y agujetas que permiten anclar mejor los pies; esto influye en su balance y estabilidad al caminar.

Existen otras causas que propician las caídas. "Un ejemplo característico es el de una persona de edad que desea orinar a media noche. Al levantarse rápidamente de su cama, la hipotensión ortostática lo marea y cae en la obscuridad". Esto se debe a que un cambio brusco de una posición supera a la posición erguida, lo que causa una abrupta baja en la presión sanguínea. Esto puede ser evitado si se hacen movimientos más lentos para que el cambio de posición no provoque mareo.

Otra razón puede ser la hipotensión causada por una comida demasiado pesada porque "la presión sanguínea disminuye, puesto que la sangre se encuentra concentrada en el aparato gastrointestinal para lograr la digestión. Si el cerebro de una persona no recibe suficiente irrigación sanguínea, la persona puede marearse y caer. Este fenómeno puede ser controlado comiendo varias porciones pequeñas en lugar de una o dos comidas fuertes".

El deterioro de los sentidos, principalmente el de la vista también pueden ser la causa de algunas caídas. Por ejemplo, cuando hay problemas de la presbiopía, que es la capacidad para ver de cerca, la persona pude confundir la profundidad o lejanía de un escalón, una desigualdad en el suelo, etc. Es necesario, por lo tanto, el tratamiento del problema ocular.

No solamente podemos encontrar razones físicas para las caídas, hay aspectos psicológicos complejos y, en muchos casos difíciles de identificar, que pueden ser la causa o efecto de la caída. "Especialmente durante las vacaciones, cuando los hijos no visitan a los padres tan frecuentemente como en otras tem-



poradas, hemos notado que aumentan los casos de personas mayores que han sufrido caídas. Eso puede ser una forma de llamar la atención".

En algunos casos, el uso de un bastón puede ayudar mucho a la estabilidad; desafortunadamente muchas personas mayores reciben un bastón sin la preparación necesaria. "Cuando nosotros damos un bastón a un paciente, lo medimos, porque con frecuencia estos instrumentos no tienen la altura adecuada. Es necesario que el bastón resulte apropiado para que el paciente se sienta cómodo y seguro".

También es recomendable tomar en cuenta y medir los efectos que pueden tener los medicamentos aplicados a una persona de edad avanzada, ya que hay algunos que puden producir mareos y debilitamiento. Por lo tanto, se deben supervisar para minimizar los efectos que dichos medicamentos pueden tener.

Seguridad en el hogar

Para evitar caídas en el hogar y proteger su salud y la de los suyos, es importante que tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

— Examinar todas las alfombras y tapetes para evitar que tengan hilos sueltos y partes rotas que puedan causar un tropiezo.

— Ajustar las esquinas de los tapetes con cinta adhesiva gruesa y quitar todos los tapetitos innecesarios.

— Aplanar todos los bordes en el suelo para evitar un tropiezo.

— Colocar los apagadores de luz en el exterior de cada cuarto. No se debe de entrar a un cuarto oscuro a buscar el interruptor.

— Asegurar que las escaleras tengan una buena iluminación a todo lo largo de ellas y que exista un barandal fuerte.

— Instalar barandales apropiados alrededor de la taza y de la tina del baño, y si es posible, también en las paredes de la cocina y del baño.

— Quitar todos los objetos no esenciales que se encuentren a baja altura (bancos, cojines, etc.), en los cuartos, incluyendo el baño.

— Asear la cocina con un limpiador que no contenga cera. Si es posible, instale linoleum acolchonado para reducir el impacto, en caso de una caída.

— Colocar los gabinetes y todas las áreas de almacenamiento a poca altura. Si esto no es posible, se puede utilizar un aditamento con una especie de pinza al final, que le permita alcanzar las cosas.

Hipertermia en la tercera edad

El clima extremadamente caliente es desagradable para cualquier persona, pero principalmente para las de edad avanzada. Ellas son especialmente sensibles a las diversas manifestaciones de enfermedades causadas por el calor: fatiga, calambres, agotamiento e insolación.

Prevenir las enfermedades causadas por el calor es mucho más fácil que curarlas. Por esta razón es muy importante que el individuo tome ciertas medidas preventivas.

A continuación se encuentran algunas de las más importantes:

— Estar consciente de que la resistencia al calor disminuye con la edad.

— Durante una ola de calor manténgase en el ambiente más fresco durante todo el tiempo que le sea posible. Si no tiene aire acondicionado en la casa, será suficiente con tenerlo en un solo cuarto. El aire acondicionado para una persona de edad avanzada no es un lujo, sino una necesidad durante las olas de calor. Si definitivamente no es posible instalarlo en su casa, un ventilador puede aliviar un poco. Éste debe de estar colocado cerca de una ventana abierta para propiciar la circulación del aire fresco.

— Las ventanas, cortinas y persianas deben de mantenerse cerradas durante la mañana para conservar fresco el ambiente.

— Es recomendable tomar duchas frecuentes o baños en tina con agua fresca, o en su defecto, aplicar toallas mojadas por todo el cuerpo para mantener baja la temperatura corporal.

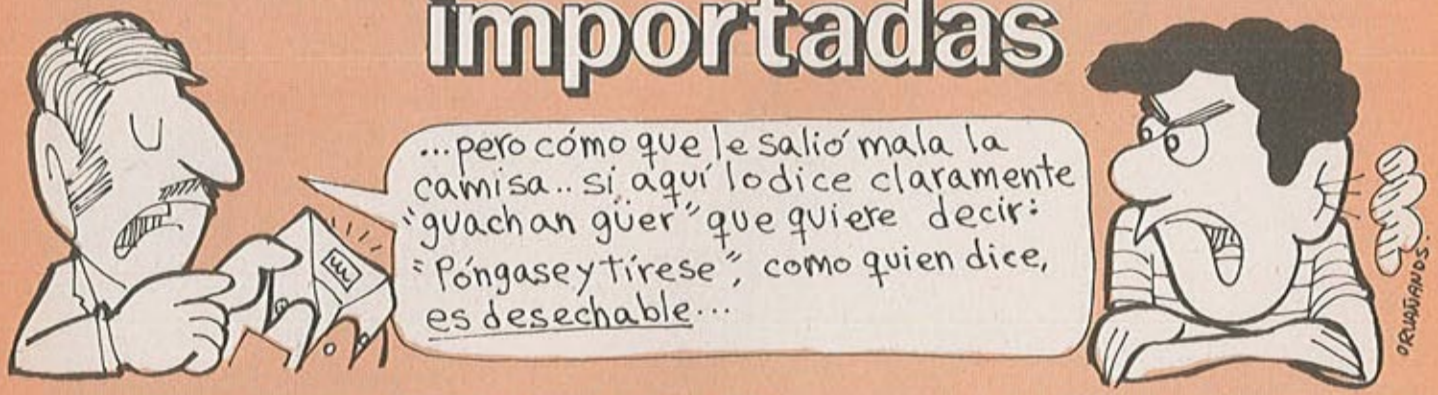
— Cuando se está en el interior, se debe usar la menor cantidad posible de ropa. En el exterior hay que usar ropa ligera y holgada. También es recomendable utilizar un sombrero o parasol, para proteger la cabeza de los rayos del sol.

— Hay que evitar tomar bebidas alcohólicas durante las "olas" de calor.

— Es necesario tomar abundantes líquidos, consumir durante el día por lo menos un litro y medio de agua.

Fuente: Revista ***Senior Medical Review,*** *Vol. 1, No. 2. E.U.A.*

Calidad de 120 prendas importadas



¿La ropa extranjera es de mejor calidad que la nacional? No necesariamente. Así como está llegando al país ropa de buena calidad, existen muchas otras prendas de vestir que pese a ser importadas son de pésima calidad.

De acuerdo con un estudio realizado por este Instituto, durante el mes de junio pasado, de 120 prendas de importación que se venden en centros comerciales en la Ciudad de México, más del 80 por ciento tiene una confección y acabados satisfactorios; no obstante, el resto de la ropa tiene acabados defectuosos y está compuesta por telas de mala calidad. Estas últimas prendas de vestir proceden principalmente de Taiwán, Hong Kong y China.

De acuerdo con dicho estudio, otro punto en contra de las prendas importadas consiste en que cerca del 45 por ciento de ellas carece de información útil para el consumidor. Entre las principales fallas e infracciones a la Ley Federal de Protección al Consumidor detectadas en las etiquetas de dichas prendas, se encuentran: que se omite el nombre o razón social del importador, no indican la talla ni el tipo de materiales de la prenda, carecen de instrucciones de lavado, uso y mantenimiento.

Los tipos de ropa importada que más se encontraron fueron camisas para vestir, conjuntos para niños, corbatas, pantalones para caballeros, blusas y faldas.

Las prendas de importación vendidas por esos centros comerciales proceden de 13 países, principalmente de los Estados Unidos (17 por ciento), y Sri Lanka (14 por ciento); y en menor porcentaje, China, Taiwan y Hong Kong. Cabe mencionar que entre las marcas de ropa extranjera que se vende en estos centros, dos cubrían el 45 por ciento del total de las prendas extranjeras: Newyorkids y Península, con 25 y 20 por ciento del mercado, respectivamente.

La garantía de que una prenda es buena

En la investigación se detectó que en las tiendas Gigante, París Londres, Liverpool y El Palacio de Hierro sólo se proporciona al consumidor una garantía "verbal" para reponer las prendas de importación que se encuentren defectuosas, con vigencia de un mes a partir de la fecha de compra. Esta garantía sólo se hace válida si el consumidor presenta su nota de compra.

Por otro lado, en la tienda de autoservicio Suburbia, además de garantizar la reposición de la prenda importada, también se ofrece al consumidor la posibilidad de recibir un vale equivalente al precio de la ropa defectuosa; este vale puede ser canjeable por cualquier mercancía o alguna otra prenda. Si el consumidor lo prefiere puede solicitar la devolución del monto total que pagó por la prenda.

Los precios

En cuanto a los precios de las prendas de importación, se encontró que las investigadas tienen un precio entre 10 y 20 por ciento más bajo en comparación con las prendas nacionales.

Por otra parte, algunas de las prendas confeccionadas en el país, con tela de importación, tienen precios más altos hasta en un 10 por ciento, respecto a las prendas similares cuya tela y confección son totalmente nacionales.

Finalmente, para realizar una mejor compra, es conveniente que antes de adquirir una prenda importada o nacional se comparen precios y calidades; además es necesario verificar si la prenda tiene garantía, indicaciones en idioma español sobre uso, mantenimiento y cuidado de la misma. Asimismo, vale la pena probarse la prenda antes de comprarla, para asegurarse que corresponda con la talla deseada.

Fuente: Dirección Técnica. Estudios: "Características Cualitativas de las Prendas de Vestir". Junio 1988.

Enrique Lara

Los uniformes a examen

El uso de uniformes escolares no se pedirá en primaria ni en secundaria durante el próximo ciclo escolar. Ahora los padres de familia decidirán el tipo de prendas que sus hijos utilizarán en la escuela.

Con la nueva disposición de las autoridades de la Secretaría de Educación Pública, las familias podrán seleccionar las prendas de vestir que consideren más durables, económicas y sencillas para que los estudiantes acudan a la escuela. Incluso podrán decidir si continúan utilizando los uniformes de años anteriores que conservan en buen estado.

Como es tradicional, para orientar a los consumidores en la elección de los artículos necesarios para el regreso a clases, el INCO ha continuado elaborando una serie de pruebas sobre la calidad de diferentes productos. En nuestra edición de la Revista del Consumidor de julio (No. 137) publicamos los resultados de las pruebas sobre la calidad de los útiles escolares; ahora realizamos algunos estudios para detectar qué sucedió con la calidad de las prendas para uniformes en comparación con los años anteriores.

Las prendas sometidas a prueba fueron: blusas, camisas, faldas, pantalones y suéteres. Los aspectos que se evaluaron fueron: talla, hechura, acabado de costuras, cierres, botones y ojales, etiquetado, resistencia al lavado, al uso y durabilidad. Es importante señalar que durante los cuatro años en que se han analizado los uniformes, se observó un cambio considerable de las prendas, por ejemplo de 1987 a 1988 se redujo, en mas de la mitad, el porcentaje de deficiencias de fabricación que presentan los uniformes escolares.

Lo anterior se debió en gran parte a que los fabricantes tuvieron acceso a los resultados de las pruebas hechas por el INCO. En cambio, la información que los fabricantes están obligados a proporcionar a los consumidores sobre los cuidados y características de los uniformes se redujo drásticamente en las prendas entregadas para su comercialización en esta temporada escolar.

La conclusión general de los estudios es que, hasta principios de este año mejoró la calidad de los uniformes para primaria y secundaria, **pero los fabricantes han omitido información útil a los consumidores sobre las características de uso y cuidado de las prendas.**

Por lo que respecta precios, éstos se incrementaron en forma desproporcionada; por ejemplo, mientras que de mayo de 1987 a mayo de 1988 el Indice Nacional de Precios al Consumidor en el rubro de ropa y calzado ascendió a **151.2%**, los precios de algunos suéteres escolares se incrementaron en **210%** y los zapatos tenis hasta **180%**.

A continuación le presentamos los cuadros comparativos donde se indican los resultados, obtenidos a principios de este año, de las pruebas que aplicamos a los uniformes escolares de diferentes marcas comerciales.

Recuerde que el uniforme no será obligatorio para este ciclo escolar; ahora usted decide si envía a sus hijos con uniformes escolares o con otras prendas de vestir.

Si usted tiene que adquirir ropa para la escuela le sugerimos comparar precio y calidad. Incluya en esa comparación tanto las prendas de uniformes como otra ropa sencilla y durable. Seleccione aquellas que le garanticen un mayor servicio con el menor costo. En este ciclo escolar la decisión es de la familia. No permita que lo obliguen a comprar en determinados establecimientos o marcas definidas.

De acuerdo con las autoridades educativas eso está totalmente prohibido. En caso de que note alguna irregularidad, usted puede acudir directamente a la Dirección de Quejas y Denuncias de la SEP, ubicada en la calle de San Francisco No. 1626, 9o. piso, colonia Del Valle, o llamar a los teléfonos 534-48-95, 534-76-62, 534-78-20 o al 550-86-30, en el D.F.; en el interior del país puede acudir o llamar a cualquiera de las Unidades de Control de los Servicios de Educación Pública de la SEP. También puede llamar a cualquiera de las oficinas del INCO en el país, en donde con gusto tramitaremos sus quejas.

Compare la calidad de los uniformes escolares

EXCELENTE ☆☆☆ BUENO ☆☆ REGULAR ☆ MALO ★

BLUSAS PARA PRIMARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆	☆	85
FARID'S	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
CARBER	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
CASA GRANDE	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
LALIA	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
D.I.K.	BLANCA	☆	☆☆	☆	☆	☆	60
GILBERT	BLANCA	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
LA MERCANTIL	BLANCA	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60

CAMISAS PARA PRIMARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆	☆	☆	80
CHAVITA	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	60
I. BALSAS	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
MEDALLA	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
LA MERCANTIL	BLANCA	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60

PANTALONES PARA PRIMARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	BLANCO AZUL MARINO GRIS	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
GACELA	BLANCO AZUL MARINO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
BRASIL	AZUL MARINO ROJO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
NUEVO MUNDO	AZUL MARINO BLANCO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
FARID'S	VERDE AZUL GRIS Y CAFÉ	☆☆	☆☆	☆☆	☆	☆	80
D'CASTRO	BLANCO	☆	☆☆	★	☆☆	☆☆	70
CARBER	GRIS	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
SUMYBOY	GRIS	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70

FALDAS PARA PRIMARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
FARID'S	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
	GRIS	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
CARBER	GRIS	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
	COLORES LISOS	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
TROFEO	AZUL MARINO	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆	☆	85

SUETERES PARA PRIMARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	VERDE	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
LA VICTORIA	VERDE	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
AVANTE	BLANCO	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
LA PALOMA	AZUL MARINO VERDE	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
	BLANCO ROJO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
TRILLON	GUINDA	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
SELECTO JUNIOR	ROJO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
GILBERT'S	AZUL REY	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
ALBRI	VINO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
VOLARE	VERDE	☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆	80
FARID'S	GUINDA AZUL MARINO VERDE	☆☆	☆☆		☆☆	☆☆	80
PEPITO	BLANCO	☆☆	☆☆		☆	☆	60
LA MERCANTIL	VERDE	☆	☆		☆	☆	60
ROMAN	BLANCO	☆	☆	☆	☆	☆	50
ALBRI	VERDE AZUL MARINO	☆	☆	☆	☆	☆	50

FALDAS PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
DEISY	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
D'KATYA	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
TROFEO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
FARID'S	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
LA VICTORIA	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
FARID'S ALEJANDRA	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆☆	90
CARBER	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
TROFEO	PATA DE GALLO	☆	☆☆	☆☆	☆	☆	70
LA MERCANTIL Y UNIF. MODELO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60

BLUSAS PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
LA VICTORIA	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆	☆	☆	80
JOMAR	BLANCA LINEA JUVENIL	☆☆	☆☆	☆☆	☆	☆	80
GILBERT	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
D.I.K.	BLANCA	★	☆☆	☆	☆	☆	50

PANTALONES PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
BRASIL	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
FARID'S	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	95
	PRINCIPE DE GALES	☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	90
TROFEO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
CARBER	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
CASA GRANDE	PIER JEANS PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
NUEVO MUNDO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
LA MERCANTIL Y UNIFORMES MODELO	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆	★	☆	☆	50

CAMISAS PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
MEDALLA	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
CASTRO	BLANCA	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
LA MERCANTIL	BLANCA	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
D.I.K.	BLANCA	★	☆☆	☆	☆	☆	50

CHAZARILLAS PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆☆	100
FARID'S	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆	90
	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆	90
YIYIO	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
CARBER	PRINCIPE DE GALES	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
	PATA DE GALLO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80

SUETERES PARA SECUNDARIA

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
LA VICTORIA	CAFE	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆	★	70
C.C.R.	VERDE	☆☆	☆	☆	☆	☆	60
CASA GRANDE	VERDE	☆☆	☆☆	☆	☆	★	60
GILBERT'S	CAFE CLARO VERDE	☆	☆☆	☆	☆	★	50

PANTALONES CORTOS PARA DEPORTES

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	BLANCO	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆	☆	85
DAB	BLANCO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
J.B.	ROJO	☆☆	☆☆	☆	☆☆	☆	80
	AZUL MARINO	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
RAMOS	ROJO AZUL MARINO BLANCO	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
CASA GUERRERO	BLANCO C/VIVOS AMARILLOS, CAFE	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
FARID'S BEN ROSS	BLANCO	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
TORITO	BLANCO	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
NUEVO MUNDO	BLANCO	☆☆	☆☆	★	☆	☆	60
CASA GRANDE	J.B.	☆☆	☆	★	☆	☆	50

FALDAS PARA DEPORTES

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
TROFEO	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆☆	☆☆	☆	95
CARBER	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆	90
DEISY	BLANCA	☆☆	☆☆	☆☆	☆☆	☆	90
D'CASTRO	BLANCA	★	☆☆	☆	☆☆	☆	60

PLAYERAS PARA DEPORTES

MARCA	MODELO	CONFECCIÓN	ACABADO	ETIQUETADO	FUNCIONAMIENTO	DURABILIDAD	EVALUACIÓN
DIDI	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
JORGE	BLANCA	☆☆	☆☆	☆	☆	☆	70
BAMBI	BLANCA	☆☆	☆	☆	☆	☆	60
PINKY	BLANCA	☆	☆	★	☆	☆	40

La alimentación en la tercera edad

Cuenta una leyenda que el afortunado que llegara a descubrir la fuente de la eterna juventud y bebiera su agua, encontraría la llave de la vida eterna, y el envejecimiento no llegaría a él. Sin embargo, han pasado muchos siglos desde que se difundió dicha historia y nadie ha encontrado la fuente maravillosa que simboliza la resistencia del hombre ante esa etapa de la vida que para algunos resulta lastimosa y pesada y, para otros, apacible y juiciosa: la vejez.

Nadie ha encontrado la fórmula para detener el envejecimiento del cuerpo, con su inevitable desenlace: la muerte. Ahora se sabe que cada célula del organismo contiene en su interior la fórmula genética que determina su envejecimiento; es decir, que estamos programados, al igual que los animales y las plantas, para envejecer y morir.

El envejecimiento es, por lo tanto, un proceso biológico natural y normal que, en sentido amplio, empieza en el momento en que se concibe al nuevo ser y termina en la muerte. En sentido estricto, puede hablarse de vejez cuando el organismo sufre progresivamente una serie de cambios irreversibles, por lo general desfavorables, que van ligados con el paso del tiempo y se hacen perceptibles después de la madurez (alrededor de los 65 años).

La rapidez o lentitud con que la vejez hace su aparición depende de varios factores, como tener malos hábitos como el tabaquismo y el alcoholismo, llevar una vida sedentaria sin practicar regularmente un ejercicio, la tensión nerviosa a que se somete una persona a lo largo de su vida, y la nutrición, esta última de gran importancia.

Nutrición y salud son inseparables, por lo tanto una alimentación deficiente durante la infancia, juventud y madurez, tendrá efectos negativos en la vejez.

¿Qué pasa en nuestro organismo durante esta etapa?

En la tercera edad ocurren cambios en todos los órganos y sistemas del cuerpo. De esencial importancia son los que se dan en el aparato digestivo del anciano y que repercuten, en mayor o menor medida, en su estado nutricional:

Disminuyen los sentidos del gusto y del olfato. Esto provoca desinterés por la comida, ya que no se perciben todos los olores y sabores. Por ello, la persona aumenta su consumo de sal y condimentos, en busca de una mayor satisfacción de su sentido del gusto.

Se pierden los dientes, lo que propicia un aumento en el consumo de alimentos suaves, que por lo regular

contienen una mayor cantidad de carbohidratos y, por lo tanto de energía. Es común que la persona de edad avanzada no utilice toda la energía que consume, debido a la disminución de la actividad física propia de la vejez, lo que puede originar la obesidad.

Disminuye la secreción de saliva, lo que provoca una inadecuada digestión.

Aparecen desórdenes en la movilidad del esófago, que retardan el paso de los alimentos al estómago.

Baja la producción de ácido en el estómago y, en consecuencia, disminuye su capacidad para digerir las proteínas.

Disminuye la movilidad del intestino, lo que dificulta el tránsito de los alimentos al mismo.

Disminuye la producción de bilis, por lo que se hace más difícil digerir algunas grasas.

Se reduce el número de células de la mucosa intestinal, que tienen la función de absorber los nutrimentos.

Disminuye el volumen de sangre que llega al intestino, lo que contribuye a la mala absorción de los nutrimentos y al deficiente transporte de los mismos hacia los demás órganos, para su aprovechamiento.

Otros factores

Además de los cambios funcionales ya mencionados, hay otros factores —generalmente de origen externo— que afectan, de manera directa o indirecta, al tipo de alimentación de un anciano:

Alteraciones físicas y mentales que ocasionan una pérdida de la coordinación de las extremidades (de las manos, especialmente), con lo que disminuye su capacidad de manejar utensilios y preparar alimentos.

El arraigo de hábitos y costumbres alimentarias que muchas veces ya no son adecuados para su edad.

Depresión, que con frecuencia se origina en algún padecimiento o en el aislamiento por la pérdida de familiares de edad similar, y por la separación de los más jóvenes.

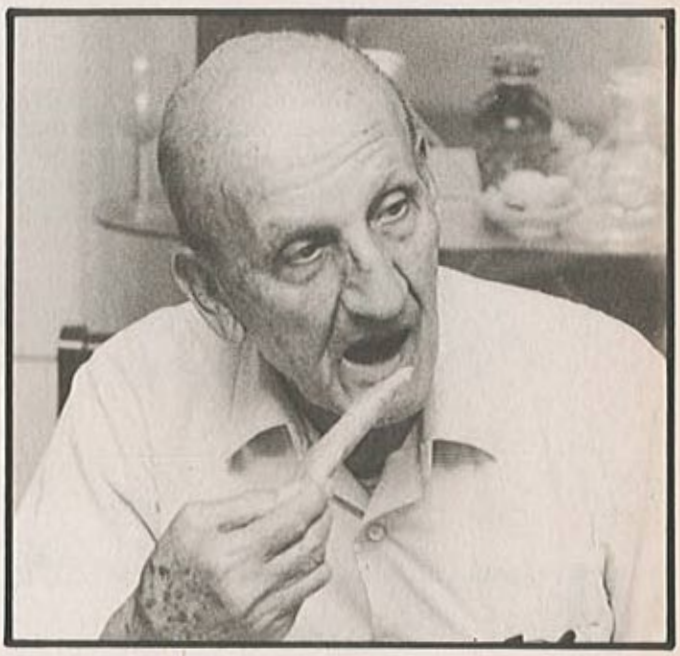
Falta de recursos económicos propios.

Una alimentación sabia para la tercera edad

El cuidado que se debe poner en la alimentación del anciano es sumamente importante. Sus necesidades nutricionales son prácticamente iguales a las de un adulto joven, con la excepción de que, por lo general, se debe disminuir la cantidad de energía que se ingiere (debido a su menor actividad física), para evitar la obesidad. También es recomendable, tratándose de grasas, preferir las de origen vegetal (como la margarina y el aceite vegetal) sobre las de origen animal (como la manteca, la mantequilla y el tocino), ya que éstas favorecen la aparición de la arteriosclerosis, trastorno que aparece con mucha frecuencia durante la senectud.

La alimentación del anciano debe ser completa y variada. Es necesario que en cada comida se incluyan alimentos de los tres grupos, es decir, alimentos que proporcionen energía (con las restricciones ya mencionadas), proteínas, vitaminas y minerales.

Los alimentos que aportan principalmente energía son: el arroz, el maíz, el trigo, la papa, el camote, la yuca, la miel, el azúcar, el piloncillo, el aceite y la margarina.



Los que proporcionan principalmente proteínas son: el frijol, la lenteja, el haba, el garbanzo, la leche y sus derivados, el huevo, el pescado, el pollo y la carne roja.

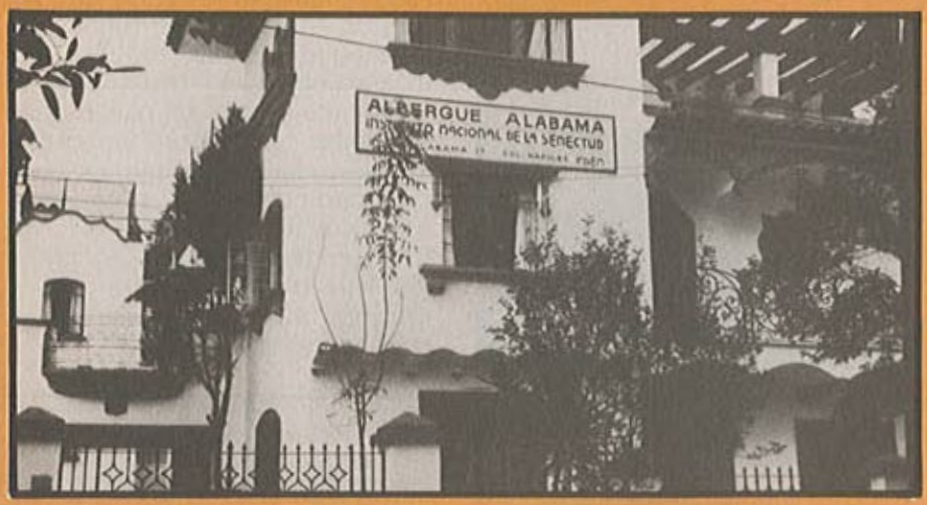
Los alimentos que contienen vitaminas y minerales son todas las frutas y verduras.

Si el anciano ha perdido algunas o todas sus piezas dentales, debe comer alimentos de consistencia suave, como purés de verduras, carne molida en forma de albóndigas o croquetas, frutas cocidas o partidas en cuadritos. Es conveniente incorporar estos alimentos al menú familiar y comer juntos. También es importante que la persona de edad avanzada no agregue demasiada sal u otros condimentos a su comida, como consecuencia de su disminución en la capacidad para percibir los diferentes sabores.

Al parecer, uno de los sentidos que continúa activo en la edad avanzada del ser humano es el tacto. Intercambiar caricias continúa siendo a esta edad tan placentero como cuando se era bebé. Aprovechemos la oportunidad de expresar nuestro cariño abiertamente. Los últimos años pueden ser vividos con la familia y los amigos de manera placentera y alegre.

José Eduardo Aguilar Magaña

Un hogar con cabellos blancos



No todos los asilos para ancianos otorgan los mismos servicios en cuanto a capacidad y calidad de atención, por ello decidimos acudir a uno que, si bien no es representativo, nos permitió rescatar las voces de algunas personas de edad avanzada y conocer en qué condiciones viven.

El asilo está ubicado a unos cuantos kilómetros de la ciudad de Pachuca, en el estado de Hidalgo. La fachada es blanca y tiene el aspecto de un hospital. Sin embargo, basta cruzar el portón de entrada para encontrarse con un lugar limpio y agradable.

La Casa de la Tercera Edad consta de varios edificios que forman un enorme círculo. En el centro se encuentran un jardín con flores y espacios verdes. Sentada en una banca de metal, una anciana, que contempla las plantas, dijo sonriente: "Siempre me han gustado las rosas rojas. Cuando era joven, las sembraba en mi casa, pero no las cortaba. Todos los días salía a verlas y a platicar con ellas; ahora me agradan más que nunca, pues es el único recuerdo que me queda de mi juventud y además puedo seguir platicando con ellas".

Al llegar a la "sala de televisión", en uno de los edificios, encuentro a seis ancianos que observan con atención un partido de futbol. Al explicarles el motivo de mi visita, uno de ellos me invita a salir al quiosco, para continuar platicando.

El señor, llamado Esteban Ramírez, tiene setenta años. Nos sentamos en una banca del quiosco y de inmediato comenzó a hablar: "Mire, señorita, la verdad es que yo sí me siento muy a gusto en este lugar, pues en la casa de mi hijo me sentía muy solo, pese a estar acompañado durante el día por mi nuera, pero imagínese que no congeniábamos, yo le pedía algo y haga de cuenta que le hablaba a un burro, pues no me contestaba. Mi hijo se dio cuenta de la situación y por eso prefirió traerme a esta casa de los ancianos".

"Aquí todos son mis amigos, me levanto muy temprano y, después de bañarme y desayunar, me dirijo a la sala de juegos para echarme un partidito de dominó o de baraja con otros señores; después tomo mis alimentos de la tarde, veo televisión o me pongo a caminar un poco. Me puedo sentar en la sala de recepción, en el jardín o en este quiosquito, pero nunca estoy solo, porque apenas me siento y enseguida viene alguno de mis compañeros a platicar conmigo".

"Casi no tengo tiempo para fastidiarme. Solamente me pongo triste cuando pasa una semana y mi hijo no viene a visitarme. Este lugar es muy bonito y más para nosotros los viejos que solamente esperamos la muerte. Escriba usted en su artículo que no le tengan miedo a los asilos de ancianos, ya que al llegar aquí es como encontrar una nueva familia, no sólo por los demás compañeros, sino también por las personas que nos atienden".

Me acerco a un grupo de ancianas que platican en una sala de espera. Se acerca a nosotros la señora Teresa Espinobarro y me comenta:

"Como mis hijas no podían atenderme, me trajeron a que conociera este lugar y decidiera si me venía a vivir aquí. Pensé que lo mejor era estar en mi propia casa, pero si no había otro remedio tendría que optar por este asilo, pues cuando vivía sola me caía, me quemaba o me enfermaba y ni quien viera por mí. En este sitio hay enfermeras, doctores, trabajadoras sociales y otras personas que están al pendiente de nosotras. Además, a veces hay actividades que nos entretienen y divierten; por ejemplo, hace poco vino la orquesta del gobierno del estado de Hidalgo y tocó en el quiosco; todos los ancianos fuimos a escucharla y hasta bailamos algunos danzones; otras veces vienen personas y nos traen de comer".

Miradas perdidas en el vacío, cabecitas agachadas o rostros sonrientes, ancianos leyendo, algunas cabezas blancas reclinadas en la capilla, señores descansando en su habitaciones, viendo televisión o contemplando las flores: "Todas estas expresiones son comunes en la Casa de la Tercera Edad".

Este asilo es un nuevo hogar lleno de calor para compartirlo con quienes no tienen otra alternativa.

Es un espacio de convivencia donde la comprensión, el respeto y la paciencia, hacen más agradable la vida de la gente mayor.

Amalia Beltrán E.

La vida de los ancianos en provincia

Es imposible concebir una sociedad sin ancianos. ¿Cuántos de nosotros podemos negar ese destino? De hecho, las condiciones actuales de las personas en edad senil —si no son mejoradas— serán las mismas que, irremediablemente, todos viviremos al llegar a la tercera edad.

En cada región del país existen diferentes costumbres. Sin embargo, de todas ellas, ninguna favorece particularmente a los ancianos. Nuestras Delegaciones del INCO en Guerrero, Jalisco, Morelos, Nuevo León, Sonora y Veracruz nos informan sobre la tercera edad en estas entidades.

En Guerrero

Hasta diciembre de 1987 había 155 mil 500 personas mayores de 60 años. De estás, sólo el 23.06 por ciento eran económicamente inactivas. Es decir, que más del 70 por ciento de la población de edad avanzada de este estado aún se encontraban trabajando.

Sin embargo, se ha observado que los ancianos económicamente activos en Guerrero se dedican a labores catalogadas como de subempleo. Debido a su bajo rendimiento y a su bajo nivel escolar, que generalmente apenas llega al tercer grado de primaria, es común que ganen un salario inferior al mínimo.

En esta entidad se ha establecido un grupo de asistencia y ayuda para las personas de edad avanzada, llamado Hermanos del Anciano. Está agrupación está apoyada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y por una organización francesa.

Hermanos del Anciano proporciona ayuda a aquellas personas de edad avanzada que se encuentran desprotegidas. Además de procurar una vivienda digna para los ancianos, este grupo cuenta con un dispensario y 16 médicos voluntarios.

En este estado también hay organismos como el Instituto Nacional de la Senectud (perteneciente

al Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia — (DIF), el Club Rotario, el Ejército de Salvación y el grupo Amigos de Acapulco", que tratan de mejorar las condiciones de vida de los ancianos en la entidad.

En Jalisco

De acuerdo con el Censo de Población de 1980, en este estado hay una población aproximada de 275 mil 844 personas mayores de 60 años. De éstos, 120 mil 566 aún se encuentran trabajando.

En cuanto al nivel educativo, se encontró que 185 mil 301 ancianos son catalogados como alfabetos, mientras que 90 mil 500 no saben leer ni escribir.

La armonía familiar es muy importante para la tranquilidad. Se detectó que el 85 por ciento de éstos ancianos vive en compañía de sus familiares, el 12 por ciento solos y el 5 por ciento con otras personas.

En todo el estado hay 54 asilos para ancianos: 19 en Guadalajara y 35 en diversos municipios. En total, en estos lugares hay una población registrada de 1700 ancianos. Cabe señalar que en los asilos públicos las cuotas mensuales oscilan entre cero y 30 mil pesos mensuales, en tanto que en los privados el pago diario va de 10 a 15 mil pesos.

En Morelos

Hay un total de 53 mil 276 personas mayores de 60 años. De ellos, casi 22 mil no saben leer ni escribir. Más de la mitad no tienen ingresos fijos o empleo y sólo 11 mil 649 son pensionados del IMSS y 2 mil 54 del ISSSTE.

Si tomamos en cuenta que, entre los ancianos que viven en Morelos, más de la mitad no tienen ingresos suficientes para subsistir, y que menos de una tercera parte de ellos recibe una pensión, nos podemos dar cuenta de las precarias condiciones de vida que se les garantizan.

Además, la posibilidad de recurrir a asilos o casas-hogar llega a ser remota, pues hay algunos que cobran entre 450 mil y 1 millón 300 mil pesos al mes.

Por supuesto que hay alternativas como los asilos públicos, que llegan a cobrar un promedio de 70 mil pesos mensuales.

En Nuevo León

Este estado cuenta con una población de 280 mil 8 ancianos. De éstos, sólo 46 mil 895 están pensionados.

Según el censo de 1980, había 252 mil 290 personas mayores de 60 años que contaban con un empleo remunerado. Sin embargo, para 1984 sólo 191 mil 977 seguían trabajando. Esto nos muestra una tendencia a la baja en las fuentes de ingresos para personas en edad avanzada.

Actualmente, los principales trabajos que desempeñan los ancianos de esta entidad son como veladores o subempleados en puestos ambulantes.

Esto es explicable debido a que el índice de analfabetismo alcanza 30 mil 951 personas de edad avanzada. Mientras que 11 mil 37 tienen algún nivel de de instrucción primaria, sólo 43 mil 57 ancianos llegaron hasta el cuarto y el sexto año.

De siete asilos que hay en todo el estado, seis se encuentran en el área metropolitana de la ciudad de Monterrey. En cada uno de estos asilos hay un promedio de 363 ancianos.

En Sonora

En este estado, la situación para los ancianos es distinta: de las 99 mil 852 personas en edad avanzada, sólo el 2.9 por ciento es analfabeta.

Hay dos asilos: uno público y otro privado. El primero es sostenido mediante un patronato, ya que no recibe ningún subsidio ni apoyo de otra institución. El asilo privado, en 1987, pedía un depósito de ¡15 millones de pesos para tener derecho a un cuarto!.

En Veracruz

Según el censo de 1980, en esta entidad hay 299 mil 512 personas de edad avanzada. De éstas, el 48.8 por ciento aún trabaja y percibe un sueldo fijo.

Aquí se encuentran siete asilos públicos y cuatro privados, con un total de 562 ancianos. Las cuotas en ambos tipos de asilos fluctúan entre mil y 150 mil pesos mensuales. En algunos casos, los asilos están exentos de pago, de acuerdo con su situación económica.

Sin embargo, el servicio en estos asilos es variable. Por ejemplo, hay cuartos con baño para una sola persona, y dormitorios hasta para 12 personas.

En todo el país

La población de edad avanzada crece. Actualmente, se dice que somos un país joven, porque la mayor parte de la población tiene menos de 30 años. Sin embargo, debemos pensar que no estamos en un letargo donde los años no transcurren.

No se trata sólo de crear más asilos o más empleos para los ancianos, sino de garantizar una vejez digna sin necesidad de recurrir a subempleos que no permiten el mínimo de subsistencia. Para ello, es preciso que se amplien los servicios de seguridad social para ancianos, como pensiones, atención a la salud, centros de recreación, etcétera.

Pensemos que, tarde o temprano, llegaremos a la llamada "tercera edad".

Fuente: Coordinación de Delegaciones Federales INCO.

E.G.C.

Tras la pista de la reventa

Si pretende asistir a un espéctaculo musical, teatral, circense o cinematográfico, no se aventure a comprar sus boletos hasta el último momento, pues seguramente sí los encontrará, pero no en las taquillas, sino en manos de los ya conocidos revendedores.

Los precios de los boletos en reventa son desmesurados, más aún si el espectáculo tiene una gran demanda. Mucho se ha hablado sobre este problema, sin embargo, hasta la fecha no se ha resuelto y los únicos que sufren las consecuencias de la voracidad de los revendedores son los consumidores.

"La reventa es un buen negocio"

"Antes era oficinista administrativo —nos dice José Torres, revendedor de boletos en teatros del D.F. y miembro de la Unión de Agentes de Boletos de Teatros y Espectáculos Públicos—, pero mi suegro, que tiene muchos años en esta actividad, me dijo que como revendedor podía ganar más 'lana' y me recomendó con los dirigentes de la Unión. Llevo dos años de revendedor, trabajo en el teatro Manolo Fábregas, además, también tengo un taxi. como yo revendo en un teatro donde va 'gente bien', procuro ir bien vestido para dar buena impresión. No tengo problemas para revender las localidades, pues las personas que asisten a este teatro tienen dinero suficiente para pagar lo que les pido, más o menos el 30 por ciento más del precio reglamentario".

"Yo vendo boletos en los teatros de burlesque —nos comenta la señorita Ana Quintero—, la gente ya me conoce y me solicita. Los días en que mejor me va son el viernes y el sábado, a veces gano hasta 60 mil pesos en un día. Cuando hay mucha vigilancia no puedo trabajar en paz, pero últimamente casi ya no nos molestan las autoridades".

La organización de la reventa

Existen varias uniones de revendedores. La más conocida es la Unión de Agentes de Boletos de Teatros y Espectáculos Públicos. En esta organización se han distribuido, entre los integrantes, las diversas funciones: existe un secretario del trabajo, que es quien designa los lugares en que operará cada revendedor; un tesorero, que controla la caja de ahorros, préstamos, multas, etcétera; además tienen un asesor jurídico que los defiende y que recupera las multas pagadas ante el juez.

"Esta Unión existe desde 1897, señala Carlos Ortiz Soriano, integrante de ésta, antes era cooperativa, pero durante el transcurso de los años se fue reformando, hasta formarse en el organismo en que estamos ahora. Es una gran ventaja pertenecer a ella, pues con nuestro abogado ya no nos da miedo trabajar en la reventa, ya que él nos defiende de inmediato, paga la multa y nos saca de la cárcel. Tampoco crea que es fácil pertenecer a la Unión, pues se piden muchos requisitos para entrar, por ejemplo el acta de nacimiento, carta de no antecedentes penales, certificado médico, entre otros".

El señor Sergio Balseca, Secretario del Trabajo de dicha Unión, nos dice que en su grupo solamente hay 66 integrantes, de los cientos de revendedores que proliferan en el Distrito Federal, pero que no están tan bien organizados que en cada teatro, estadio u otro lugar de espectáculos existe un coordinador de revendedores, el cual se encarga de vigilar que no se "abuse" de los consumidores. "No deben cobrar más del 30 por ciento autorizado por la Unión ni darle mal trato al público".

La nueva Ley los benefició

"Llevo 28 años de revendedora. Esta actividad se va pasando de padres a hijos. Antes las autorida-

des nos perseguían y nos daba miedo que nos agarraran, pues eran 15 días de cárcel y 600 pesos de multa, que en aquellos tiempos era mucho dinero, con esa cantidad comprábamos muchos boletos para revender", —nos platica la señora Gloria Roa—, ella continúa: "Ahora, como estamos unidos y tenemos quien nos defienda, ya casi no tenemos problemas, aunque la reventa no esté reglamentada. Además, la modificación a la Ley nos benefició; ahora solamente son 36 horas de cárcel o 240 mil pesos de multa y nosotros preferimos pagarla, pues al fin y al cabo el abogado recupera el dinero, ya que al no haber pruebas para nuestra acusación la misma Tesorería nos lo devuelve.

"No crea que es fácil agarrar a un revendedor 'con las manos en la masa', pues como ya nos las sabemos de todas todas, nos la ingeniamos para que no nos apresen. Por ejemplo, para que el juez nos dicte sentencia, debe haber pruebas, como muchos boletos en nuestro poder, porque si me agarran con 4 ó 5 digo que son para mi familia y nada más no me pueden hacer nada. Tal vez por eso las autoridades de las Delegaciones ya no nos persiguen tanto, pues a veces nos detienen, pero por falta de pruebas el juez nos suelta.

"Los boletos los guardamos en un coche con otro compañero, nosotros buscamos clientes y vamos poco a poco por los boletos que necesitan, así nunca nos podrán agarrar con todos los boletos en la mano. El precio de éstos varía de acuerdo con la demanda, cuando vemos que el espectáculo ya empezó los vendemos al precio normal o hasta menor con tal de terminarlos".

¿Consumidores culpables?

En el Teatro de la Ciudad encontró que un revendedor me ofrece boletos a 50 mil pesos, cada uno, para entrar a ver el espectáculo de Daniela Romo, cuando el precio es de 25 mil. No le compro boletos, pero sí aprovechó la oportunidad para platicar con él sobre su actividad y esto fue lo que dijo:

"Mire, si todos los espectadores no me compraran boletos, pues simplemente no sería negocio y no los revendería, pero la verdad es que los mismos consumidores tienen la culpa. Hace como cinco meses me agarraron los de la Delegación Cuauhtémoc cuando le estaba entregando 10 boletos a un jovencito, pero yo les expliqué que él me los había encargado. Fíjese que en la fecha que yo le platico se estaba presentando el grupo Mecano en este teatro, yo estaba dando a 40 mil pesos los boletos en reventa, cuando de pronto se me acercó un 'chavo' bien vestidito y me dijo que necesitaba 10 boletos para el otro día, que quería en la segunda fila de enmedio y que me los pagaría a 80 mil pesos; por supuesto que se los conseguí y se los guardé hasta que vino por ellos, pero por desgracia me agarró la camioneta de la Cuauhtémoc".

"Hay mucha gente floja o adinerada que prefiere comprar en reventa que venirse a formar temprano para comprar sus boletos. Precisamente de eso nos aprovechamos nosotros para revender".

"Yo ando por todos los espectáculos del D.F. y siempre me va bien. Algunos taquilleros ya me conocen y me venden los boletos que yo quiero, con una generosa propina. Cuando no es así, el mismo público que se viene a formar temprano me saca los boletos, les encargo de a dos o cuatro, según los que ellos vayan a comprar. Cuando deveras no se puede, pues entonces les doy una propinita a mis cuates todavía chamacos para que vengan a comprar los boletos".

"Las autoridades no van a acabar con nosotros mientras no se reglamente la reventa. En toda la República somos centenares y tenemos años en esta actividad, por lo mismo, es muy difícil que nos agarren, pues nada más vemos la camioneta, chiflamos y a correr . . . Claro que hay revendedores honrados, pero también hay deshonestos, pues a veces se les quedan los boletos y los venden a los espectadores incautos. Estos, hasta que ya van a entrar, se dan cuenta que son de funciones pasadas; también ofrecen entradas para filas diferentes a las que marcan los boletos y si usted no se da cuenta, pues ya la amolaron".

La reventa es un fraude. No propicie esta actividad que lesiona su economía.

No compre boletos en reventa, mejor llegue temprano y adquiéralos en taquilla: no compre boletos a personas que no se formen, ya que pueden ser revendedores. Cualquier queja al respecto puede denunciarla en las delegaciones políticas del D.F. y en las presidencias municipales o en las direcciones de espectáculos de cada estado.

Vale la pena comentar aquí lo que sucede en otros países, donde los revendedores cobran sus servicios pero porque acuden, a solicitud del consumidor, a vender sus boletos hasta el domicilio del interesado (no junto a la taquilla del local donde se va a presentar el espectáculo).

Amalia Beltrán E.

Así puede invertir en los bancos

Nuestros abuelos guardaban su dinero bajo el colchón. Hoy, los bancos ofrecen diversos sistemas de inversión para ahorrar nuestro dinero y obtener importantes rendimientos.

Algunos de los instrumentos de inversión que manejan los bancos son: Certificados de Depósito (C. de D.), Pagarés y Depósitos con Retiros en Días Preestablecidos.

Certificados de Depósito (C. de D.)

Los requisitos para solicitar (en cualquier banco) la apertura de un contrato de este tipo de certificados son: ser mayor de 18 años y presentar una identificación. Los C. de D. son conocidos con el nombre de Depósitos a Plazo Fijo. El cliente puede elegir entre siete distintos plazos:

de 30 a 85 días	de 360 a 535 días
de 90 a 175 días	de 540 a 715 días
de 180 a 265 días	de 720 a 725 días
de 270 a 355 días	

La cantidad de dinero que un cliente deposita en un C. de D. no puede ser modificada con nuevos depósitos ni con retiros al mismo certificado.

Veamos un ejemplo: si usted deposita 100 mil pesos en un certificado, sólo podrá aumentar o disminuir esa cantidad hasta que se haya cumplido el plazo de vencimiento, que puede ser cualquiera de los siete mencionados. Sin embargo, ésto no le impide al cliente seguir invirtiendo, ya que si tiene un C. de D., el inversionista puede adquirir otro igual o diferente y cada inversión es considerada de manera independiente por el banco.

Cada uno de los plazos ofrece diferentes tasas de interés (ver cuadro núm. 1). Usted puede elegir, en su contrato, un día determinado dentro de cada plazo, para retirar los intereses, renovar su contrato o hacer un retiro del capital depositado.

Por ejemplo, si desea invertir en un plazo de 70 días, que es intermedio al de 30 a 85 días, por su C. de D. recibirá un interés del 42.68 por ciento, que es el mismo para el de 30 a 85 días (tasa anual para mayo). Mientras no se cumpla el plazo de 70 días, usted podrá disponer de sus intereses después del 30 de cada mes, es decir, usted puede retirar los intereses el día último, o después, antes de que venza la fecha de contrato.

Pagaré con rendimiento liquidable al vencimiento

En el Pagaré, como su nombre lo indica, tanto el capital invertido como los intereses son pagados por el banco al terminar el plazo que eligió el cliente.

Los plazos pueden ser de 1, 3, 6, 9 ó 12 meses. Con este instrumento, el inversionista puede obtener importantes rendimientos. Si observamos el cuadro número 1, nos damos cuenta que la tasa de interés para el Pagaré a un mes es la más alta. Los pagarés permiten obtener los intereses y el capital en la fecha del vencimiento del mismo.

Preestablecido

Este tipo de inversión se conoce como Depósitos con Retiros en días Preestablecidos, ya que es posible retirar el capital y los intereses en varias fechas.

El cliente tiene tres opciones para establecer su contrato, de acuerdo con las fechas de retiro y la tasa de interés que le convenga:

Día preestablecido	Tasa de interés
1. Retirable un día a la semana	23 por ciento (1)
2. Retirable dos días a la semana	23 por ciento
3. Retirable dos días al mes	25 por ciento

(1) Tasa de interés anual y vigente el primero de junio.

En cuanto a las fechas de retiro de los preestablecidos son los siguientes:

1. Si usted seleccionó el Preestablecido retirable un día a la semana o dos días al mes, puede hacer su retiro después de que hayan transcurrido 15 días, y en los días que haya escogido. Por ejemplo, si usted depositó su capital el día primero del mes, a partir del día 15 usted puede retirar su dinero en los días que haya elegido para retirar su depósito.

2. Si seleccionó el plazo de dos días a la semana, usted puede retirar su dinero después de 3 días según el plazo que haya elegido. Por ejemplo, si depositó su dinero el lunes, puede retirar su capital el jueves de la misma semana. Los días en que puede retirar su dinero son lunes y jueves o martes y viernes.

En las inversiones de Preestablecido, a diferencia de los C. de D., el cliente puede efectuar depósitos en fechas posteriores a la de la apertura. Sin embargo, los retiros se deben efectuar en las fechas convenidas.

En el caso de solicitar un Preestablecido, es conveniente incluir a más de una persona, ya que los valores carecen de beneficiario y, en caso de fallecimiento del inversionista principal, cualquiera de las otras personas que aparezcan en el contrato podrá retirar el capital más los intereses.

Cuadro No. 1

Promedio simple de las tasas de interés que los bancos pagaban semanalmente a los inversionistas.

Instrumento	marzo	abril	mayo	junio
Certificado				
De 30 a 85 días	82.43	51.86	42.68	31.91
De 90 a 175 días	75.13	44.42	38.91	30.58
De 180 a 265 días	71.73	41.93	36.95	29.43
De 270 a 355 días	42.90	40.71	35.85	28.50
De 360 a 535 días	40.10	40.02	34.85	27.43
De 540 a 715 días	40.10	40.02	34.32	26.77
De 720 a 725 días	40.10	40.02	34.32	26.77
Pagaré				
1 mes	103.68	63.75	49.30	39.00
3 meses	84.64	53.71	44.09	32.67
6 meses	84.05	49.06	41.92	32.49
9 meses	50.53	47.47	41.46	32.39
12 meses	49.85	48.27	42.01	32.23

*Fuente: Revistas: **El mercado de valores**, Nafinsa, mayo, 1988 y consulta directa a los bancos, junio 1988.*

¿Es bueno invertir en tiempos de crisis?

Durante los primeros meses del año, la tasa de inflación registró un alto porcentaje de aumento (15.7 por ciento en enero). Meses más tarde, el aumento de la tasa de inflación fue menor en varios puntos (ver cuadro núm. 2).

Las tasas de interés han bajado al seguir la tendencia del índice inflacionario. En junio, por ejemplo, la tasa de interés para el pagaré a un mes fue menor al 40 por ciento anual.

Algunas personas opinan que en periodo de inflación creciente las mercancías tendrán, en un futuro próximo, un precio arriba del actual; por lo tanto, prefieren adquirir muchos productos en lugar de invertir.

No obstante, en el transcurso del año observamos que las tasas para estas inversiones se han mantenido, en términos relativos, en un nivel mayor al que se registra en la tasa de inflación, es decir, el dinero invertido en esta forma, además de obtener intereses favorables, representa para el cliente una ventaja al contrarrestar los efectos de la inflación, lo que permite obtener mayores ganancias. Mientras esta diferencia se mantenga, los intereses generados en este tipo de inversiones serán favorables para el cliente.

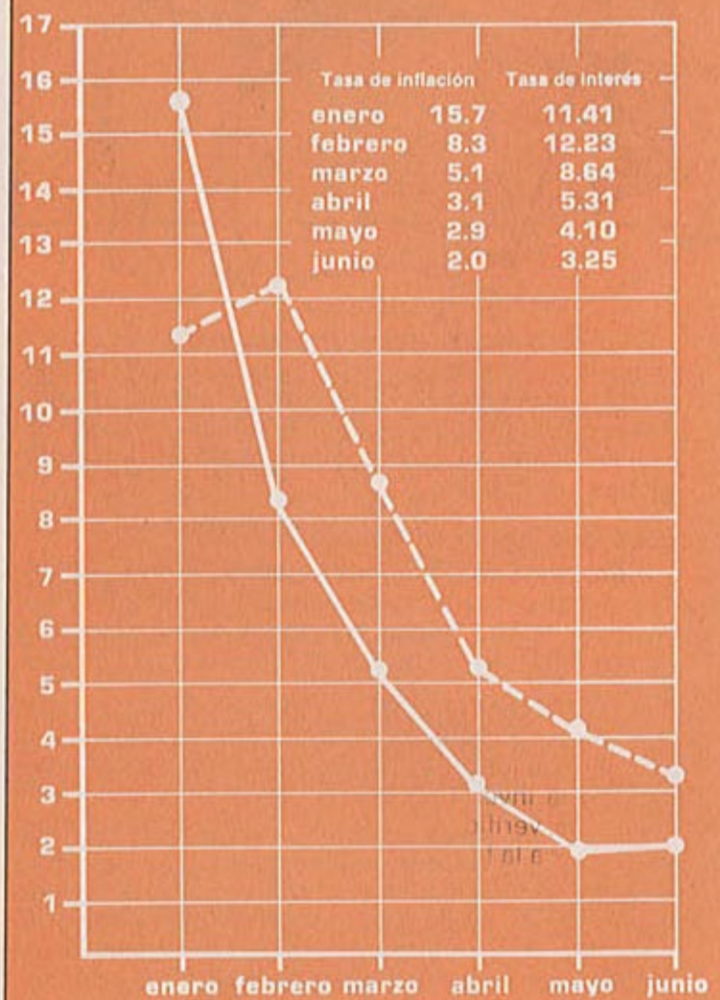
¿Cómo se calculan los intereses en las cuentas de inversión?

Para calcular los intereses que se obtienen en los Certificados de Depósito, Pagarés y Preestablecidos, multiplicamos el capital por la tasa de interés. El resultado lo dividimos entre los 360 días comerciales del año (2) y, por último, multiplicamos este resultado por los días en que el capital estuvo depositado en el banco.

$$\frac{\text{Capital} \times \text{tasa de interés}}{\text{360 días comerciales}} \times \text{Días en que estuvo vigente la inversión} = \text{interés obtenido}$$

Veamos esta operación en cada uno de los instrumentos de inversión.

Cuadro No. 2



Fuente: El mercado de Valores, Nafinsa, mayo 1988. Examen de la Situación Económica de México, Banamex 1988.

1. Certificados de Depósito

Supongamos que el cliente deposita, el 16 de mayo, un millón de pesos en un Certificado de Depósito, a 60 días. El día 16 de ese mes regía una tasa de 42.64 por ciento para los Certificados de 30 a 85 días.

Realizamos las operaciones:

(42.68 por ciento convertido en décimas nos da 0.42 para realizar las operaciones)

$$\frac{\text{1,000,000 de pesos} \times 0.42}{\text{360 días}} \times 60 = \text{69 mil 999 pesos}$$

En este caso el cliente, con su Certificado de Depósito obtuvo (por los dos meses en que estuvo vigente) casi 70 mil pesos. En los Certificados el cliente puede retirar los intereses el día último de cada mes (3), mientras que el dinero depositado puede seguir generando intereses hasta que se cumpla la fecha de vencimiento.

2. Pagaré

En este caso, por ejemplo, el cliente depositó, el 6 de junio, un millón de pesos en Pagaré a un mes con una tasa del 39.50 por ciento:

$$\frac{\text{1,000,000 de pesos} \times 0.39}{\text{360 días}} \times 30 = \text{32 mil 499 pesos}$$

En la fecha de vencimiento del Pagaré, el consumidor puede retirar su capital más los intereses que generó o si lo prefiere puede reinvertir los intereses más el capital en un nuevo Pagaré, al plazo que más le convenga.

En nuestro ejemplo, el cliente obtuvo un interés por más de 30 mil pesos durante el mes en que esa tasa de interés estuvo vigente.

(2) Son 360 días comerciales del año porque está establecido por los bancos que cada mes del año tiene 30 días para mejor manejo de los servicios bancarios.

(3) Los retiros se realizan después del día último de cada mes ya que esa es la forma en que el banco efectúa su pago de intereses.

3. Preestablecidos.

Un cliente depositó medio millón de pesos, el primero de junio, en un contrato de Preestablecido retirable dos días a la semana (la tasa para esta inversión fue de 23 por ciento). El 30 de junio venció el contrato, por lo que los intereses son calculados de la siguiente manera.

$$\frac{\text{500 mil pesos} \times 0.23}{\text{360 días}} \times \text{30 días} = \text{9 mil 583 pesos}$$

El interés generado por ese preestablecido fue de 9 mil 583 pesos. El cliente indicó que los intereses de su contrato podían ser retirados dos días a la semana, entonces, después del día último de junio puede retirar su dinero en los días que haya establecido.

El cliente, en cualquiera de los tres sistemas de inversión, puede depositar su dinero en el mismo contrato, abrir una cuenta de cheques, de ahorro, o bien retirar su dinero en efectivo (4).

El monto mínimo en la cuenta de inversión varía según la institución bancaria y la zona en que se encuentre la sucursal. Algunas instituciones aceptan como mínimo de apertura un millón de pesos, otras, menores montos si la persona que va a realizar su contrato tiene otros contratos bancarios con la institución.

Antes de depositar su dinero en una inversión a plazo fijo, es conveniente que compare las diversas tasas de interés que ofrecen y que seleccione la que

(4) Nota: La cuenta de cheques y de ahorro son otros servicios, no confundirlos con las inversiones a plazo fijo.

más le convenga. Además, debe considerar los rendimientos y la posibilidad de necesitar los intereses o de permitir que los mismos se reinviertan.

Si desea invertir en alguno de estos instrumentos bancarios, verifique que la tasa global de inflación no sea mayor a la tasa de interés que los bancos ofrecen en sus inversiones.

Las instituciones bancarias podrán proporcionarle más información o asesoría sobre las posibles combinaciones entre los instrumentos de inversión.

Fuente: 1. *Folleto* ***Valores****, instructivo Núm. 3, Banco Mexicano SOMEX.*
2. *Revista:* ***Examen de la Situación Económica de México.*** *Banamex.*
3. *Revista:* ***El mercado de Valores****. Nafinsa, mayo, 1988.*
4. *Consulta directa en los bancos.*

Enrique Lara

Las andanzas de los precios durante mayo y la primera quincena de junio

En esta ocasión publicamos el movimiento de los precios correspondientes al mes de mayo y la primera quincena de junio, con base en el Indice Nacional de Precios al Consumidor que elabora el Banco de México.

El Indice Nacional de Precios al Consumidor en el mes de mayo aumentó en promedio 1.9 por ciento. Los renglones donde se incrementó por arriba de este promedio fueron **Vivienda** (5.1 por ciento), y otros servicios (3.3 por ciento); en cambio los conceptos de gasto con menor variación fueron **Transporte** (0.3 por ciento), y **Muebles y Enseres Domésticos** (0.9 por ciento).

Las variaciones mensuales regis tradas en ese mes han sido las menores en el transcurso del año, y este mismo fenómeno se da en los rubro de gasto, exceptuando **Vivienda**, donde el menor cambio se reportó en abril (4.8 por ciento).

Ahora bien, si obtenemos la variación acumulada del índice de precios al mes de mayo, es decir, si consideramos el crecimiento de los precios en lo que va de 1988, encontramos que el índice tiene un crecimiento de 38.1 por ciento, que es menor al reportado para el mismo período en el año de 1987, cuando se registró un incremento de 44.5 por ciento. Como se observa en el cuadro número 1, es durante el primer mes del presente año en el que se da este comportamiento; por lo que se puede afirmar que estos cambios son producto de las medidas instrumentadas en el Pacto de Solidaridad Económica.

En los rubros del gasto, donde el índice de precios reporta mayor variación acumulada al mes de mayo son: **Educación y Esparcimiento** con 44.3 por ciento ; **otros servicios** 42.9 por ciento; **Ropa y Calzado** 41.2 por ciento; y **Muebles y Enseres Domésticos** 40.9 por ciento.

En lo relacionado con los cambios quincenales, según el Indice Nacional de Precios al Consumidor, en la primera quincena de mayo. El único rubro que manifestó nuevamente un cambio considerable fue el de vivienda que aumentó 3.1 por ciento. En cambio hubo rubros que crecieron menos de un punto porcentual como: **Ropa y Calzado, Salud y Cuidado Personal, Muebles y Enseres Domésticos**. El renglón de **Transporte** no representó ningún movimiento.

El índice de las ciudades de provincia

En relación con el indice de precios al consumidor en provincia, el Banco de México detectó que durante el mes de mayo las ciudades en que se registraron los precios más altos fueron Toluca, Edo. de México; Córdoba, Veracruz; y Colima, Colima; ya que los índices de dichas ciudades aumentaron en más de 3 por ciento, principalmente en los renglones de **Ropa y Calzado;** y **Muebles y Enseres Domésticos.**

En cambio, las ciudades de Mexicali, B.C.N. y Parral, Chihuahua; tuvieron incrementos menor al uno por ciento en sus respectivos índices, resultado de las ligeras variaciones en sus rubros de gasto, y presentaron, además, disminuciones en el índice de **Vivienda** (-2 por ciento) en el caso de Mexicali y, **Salud y Cuidado Personal** (-0.2 por ciento) en Parral.

La ciudad donde la inflación ha perdido mayor dinamismo es Navojoa, Sonora; ya que el índice se redujo en -0.3 por ciento, gracias a las disminuciones los rubros de **Alimentos, Bebidas y Tabaco** (-1.3 por ciento), y **Vivienda** (-0.6 por ciento), aunque el índice en **Educación y Esparcimiento** aumentó en 3.8 por ciento.

Asimismo, los cambios efectuados en el índice de Precios al Consumidor en la primera quincena de junio varían en relación con las ciudades donde el Banco de México estudia el comportamiento de los precios. En la ciudad de Zamora, Michoacán, se dio el mayor aumento que fue de 3.3 por ciento en relación con la quincena anterior, lo cual es reflejo del incremento en los índices de **Ropa y Calzado** (5.8 por ciento) y **Educación y Esparcimiento** (5.1 por ciento).

De las 35 ciudades en que se reportan índices de precios en la primera quincena de junio, 9 tuvieron un incremento de 0.1 por ciento a 0.5 por ciento; en 12 se registraron incrementos en sus índices entre 0.6 por ciento y 0.8 por ciento y en 13 de ellas el incremento fue de 1.0 por ciento a 1.4 por ciento. En Zamora, como ya se mencionó, el aumento del índice de precios fue de 3.3 por ciento.

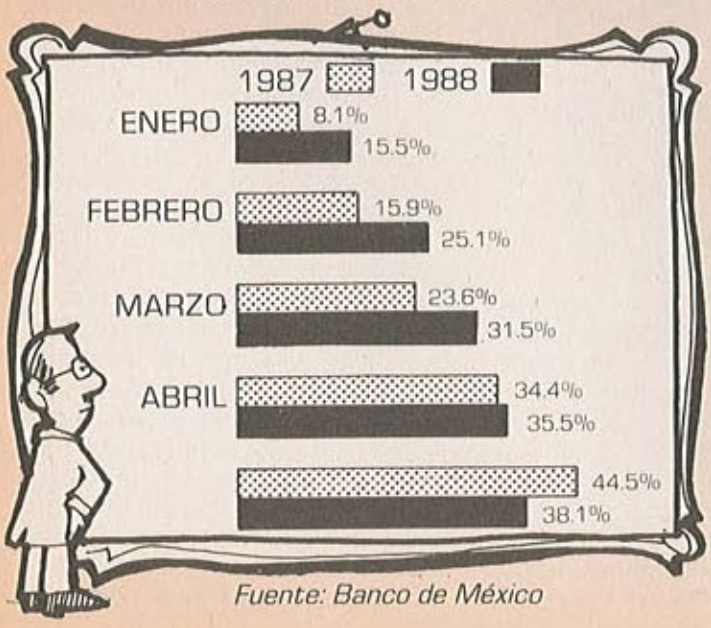
Es de resaltar que en el 50 por ciento de las ciudades en que el Banco de México capta información los cambios en el índice de precios de **Transporte; Salud y Cuidado Personal;** y **Muebles y Enseres Domésticos** no fue mayor a 0.4 por ciento, lo cual se manifestó en el índice de precios a nivel nacional.

INDICE NACIONAL DE PRECIOS AL CONSUMIDOR POR CONCEPTO DE GASTO (1988)

	VARIACION %		
	MAYO		JUNIO
	MENSUAL	ACUMULADO	1a. QUINCENA
General	1.9	38.1	1.1
Alimento, bebidas y tabaco	1.7	38.9	1.3
Muebles y Enseres Domésticos	0.9	40.9	0.4
Salud y Cuidado Personal	1.4	38.8	0.5
Ropa y Calzado	2.0	41.2	0.8
Educación y Esparcimiento	1.7	44.3	1.1
Vivienda	5.1	40.5	3.1
Transporte	0.3	30.2	0.0
Otros servicios	3.3	42.9	1.3

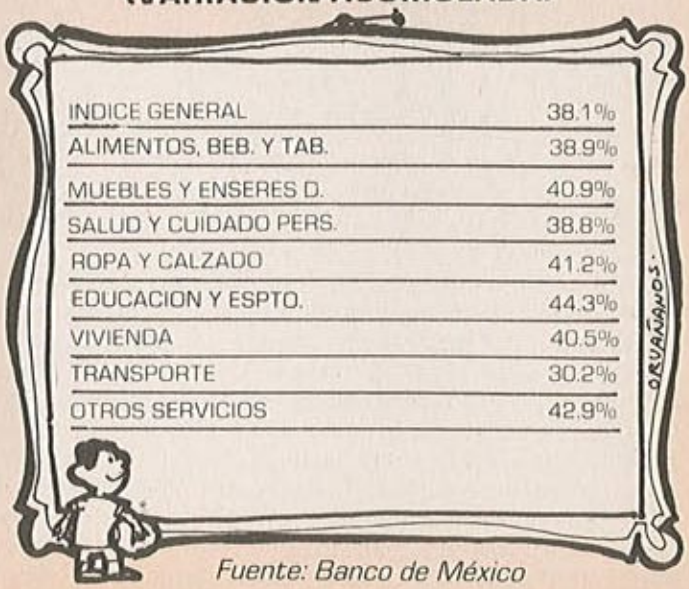
Fuente: Banco de México

CUADRO No. 1
INDICE NACIONAL DE PRECIOS AL CONSUMIDOR (VARIACION ACUMULADA)



Fuente: Banco de México

CUADRO No. 2
INDICE NACIONAL DE PRECIOS AL CONSUMIDOR POR CONCEPTO DE GASTO, MAYO 1988 (VARIACION ACUMULADA)



Fuente: Banco de México

Derechos de los Turistas

En México hay muchos lugares hermosos, con paisajes que nos acercan a la idea del paraíso y que cualquiera puede disfrutarlos, según sus gustos. Por ejemplo, si usted decide vacacionar, puede confundirse con el sol, el mar y la arena en las doradas playas de Puerto Escondido, Oaxaca; internarse en la selva chiapaneca para descubrir las Lagunas de Montebello; disfrutar de unas deliciosas **acamayas** (camarón de río) en el ambiente tropical de la zona Huasteca; admirar las quebradas de la inmensa sierra Tarahumara; visitar majestuosas ruinas prehispánicas o los interesantes lugares históricos que existen en todo el territorio nacional. En fin, cada estado de la República ofrece a los consumidores nacionales y extranjeros una amplia gama de sitios turísticos.

Hoteles y lugares de hospedaje

Para que el viajero pueda disfrutar con comodidad los espacios de recreación, debe sentirse como en su propia casa. Esta es una función que deben desempeñar los hoteles o lugares donde se hospeda el turista, por ello los hoteles, aun los de más baja categoría, están obligados a ofrecer los servicios indispensables para hacer confortable la estancia de los usuarios.

Las categorías de los hoteles señaladas por la ley son: económica, de una a cinco estrellas, gran turismo y especial. Estos últimos se denominan así por estar instalados en edificios de valor arquitectónico o histórico.

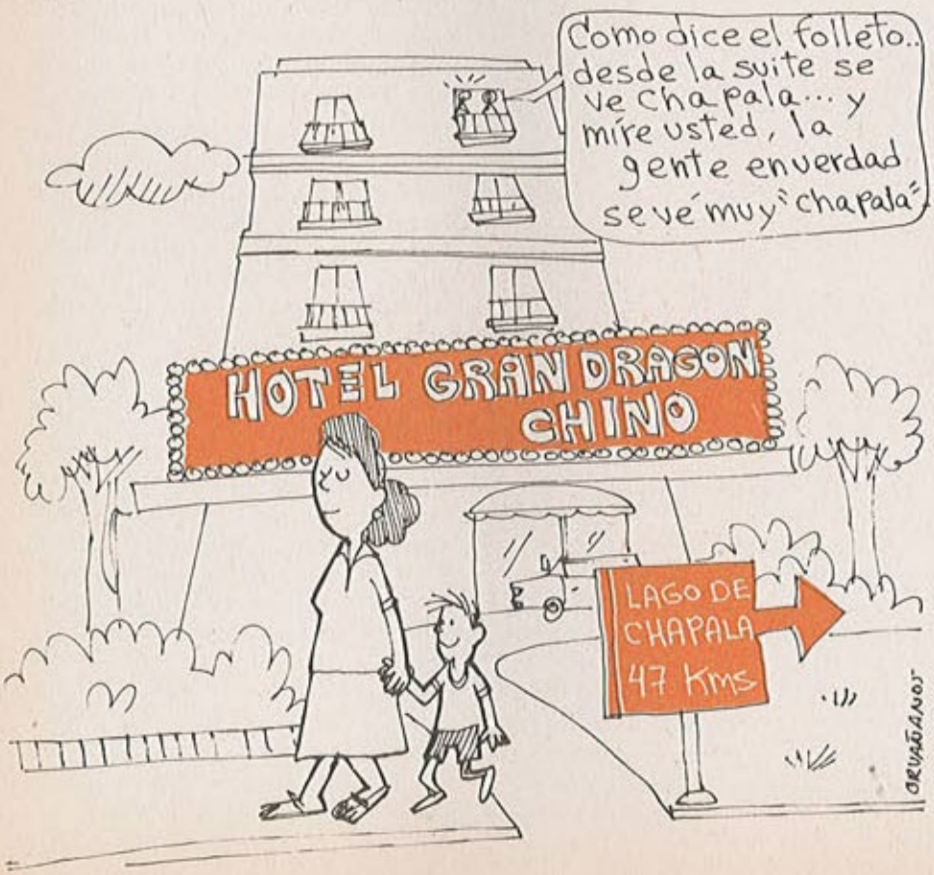
Para asignar las diferentes categorías, la Secretaría de Turismo toma en cuenta los siguientes elementos: inversión, número de empleados, ubicación, superficie construida, áreas abiertas, áreas comerciales, superficie de estacionamiento, características del área de recepción y registro, número y características de los ascensores, número de cuartos, dimensión, mobiliario y servicios en las habitaciones, instalaciones sanitarias, servicios e instalaciones complementarias o recreativas, número y características de establecimientos de alimentos y bebidas o de espectáculos, servicios de mantenimiento y conservación, condiciones de seguridad e higiene.

Uno de los aspectos que los consumidores debemos atender es el relativo a las reservaciones (precisamente el que provoca más quejas por parte de los consumidores). Si usted hizo una reservación y no se la respetan, puede acudir inme-

diatamente a la delegación estatal de turismo, correspondiente al lugar donde se encuentra, presentar los comprobantes de pago o anticipo que haya hecho. Si hizo su reservación por teléfono, basta con mencionarlo en la delegación de turismo. En estos casos al hotel le corresponde comprobar lo contrario. También puede comunicarse al teléfono 2 50 01 23, en el D.F., donde le proporcionarán la información que requiera.

En lo que atañe a las tarifas, es importante tomar en cuenta que —de acuerdo con el artículo 27 del Reglamento de establecimientos de hospedaje, campamentos y paradores de casas rodantes— en los casos en que el alojamiento "haya sido reservado y pagado con anticipación al momento que sea proporcionado el servicio correspondiente, deberá respetarse la tarifa pactada. Si solamente se pagó un anticipo, podrá efectuar el ajuste que corresponda al momento en que el servicio sea prestado, de conformidad con la tarifa que esté vigente".

En todos los casos las tarifas deben ser aprobadas por la Secretaría de Turismo (Sectur), y los hoteles tienen la obligación de señalarla claramente en su publicidad. Además, están obligados a colocar en lugares visibles, ya sea en las habitaciones o en el vestíbulo, el reglamento del hotel que especifica las tarifas, lo relativo a caja de seguridad, honorarios y demás servicios.



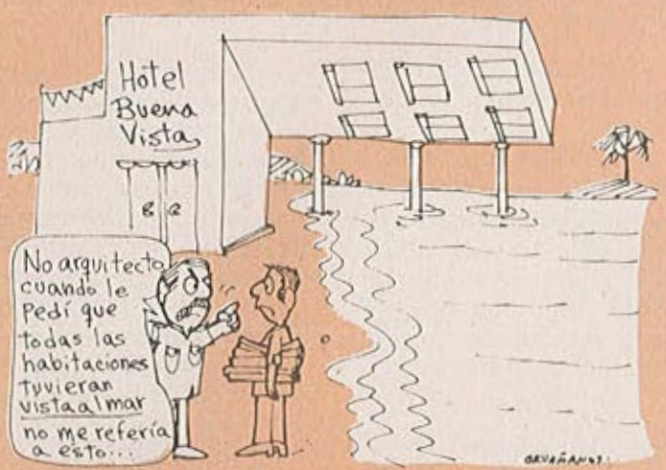
En ningún caso pueden cobrarle más de lo autorizado por la Sectur. Sin embargo, hay que tener presente que los hoteleros sí tienen autorización de cambiar sus tarifas de acuerdo con la temporada. El subdirector de Seguridad al Turista de la Sectur comenta al respecto: "Se consideran tres temporadas de turismo: la alta, que comprende del 15 de diciembre al 15 de abril; la de verano, del 15 de abril al 15 de septiembre; y la de turismo medio, del 15 de septiembre al 15 de diciembre. Cada hotelero registra las tarifas respectivamente ante Sectur y cuando no exceda al registrado y aprobado por la Secretaría. Con eso se permite ejercer la libre competencia entre los hoteleros, por eso bajan los precios de las habitaciones cuando hay temporada baja, es decir, menos turistas".

Cuando un turista se registra en un hotel, normalmente se le pide que deje una cantidad "X" de dinero, en la mayoría de los casos es el precio por noche como garantía del pago de la cuenta. En otras ocasiones se pide dejar un "baucher" de tarjeta de crédito. Sobre ello, el licenciado Jiménez opinó: "Esto es una práctica común, y hasta el momento no tenemos conocimiento que se haya hecho un mal uso de esta situación. De hecho, evita tener que dejar una cantidad en efectivo como depósito. Si el hotelero llegara a hacer un mal uso, incurriría en un fraude y sería fuertemente sancionado por la

Sectur. Si el consumidor paga en efectivo, es recomendable que al dejar el hotel pida que se destruya el baucher; y si paga con tarjeta, procurar que el pago lo carguen a su cuenta, entregándole su copia. Yo creo que perdería más el hotelero haciendo mal uso de ello que lo que pudiera cargarle.

Algo que deben tener en cuenta los consumidores es que a los hoteleros les 'pesa' mucho el prestigio, y una queja adquiere un efecto multiplicador que los daña severamente, eso facilita que los derechos se puedan ejercer de una manera más eficiente". Es muy importante que **nunca** deje firmado el "baucher" por anticipado. Solamente debe firmar cuando haya revisado los cargos que se le han hecho.

Cuando salga de viaje...



—Planifique adecuadamente sus vacaciones o salidas, desde definir las fechas, el medio de transporte y hotel.

—Acuda a las delegaciones de la Sectur o a las agencias de viajes para informarse sobre las distintas opciones que se le presentan.

—Analice las posibilidades que tiene para viajar. Así determinará la distancia y el tipo de destino turístico que esté a su alcance.

—Tome en cuenta no sólo los destinos tradicionales, recuerde que en nuestro país hay una gran cantidad de lugares turísticos.

—Haga sus reservaciones con anticipación y no olvide pedir sus comprobantes de pago. Si hace su reservación por teléfono, recuerde pedir el nombre de la persona que lo antendió.

—No pague ninguna cuenta antes de revisarla con cuidado.

—Si decide quedarse más de lo estipulado al registrarse, avise con anticipación, recuerde que otros consumidores pueden haber reservado su cuarto a partir de la fecha en que usted pensaba irse.

—Procure llegar con anticipación al aeropuerto, terminales de camiones y estaciones de ferrocarril.

—En cuanto a la seguridad personal, tome en cuenta que va a estar en un medio diferente al habitual.

No salga noche a lugares que desconoce, trate de asistir a los sitios que ofrecen seguridad. Nunca cargue más dinero del que va a gastar, lo demás puede dejarlo en las cajas de seguridad del hotel.

—Cualquier anomalía repórtela inmediatamente en las delegaciones estatales de turismo o en el D.F., llamando al 2 50 01 23, donde además se proporciona todo tipo de información turística. Este teléfono funciona las 24 horas del día, los 365 días del año y además recibe llamadas por cobrar.

En muchas ocasiones los viajeros no presentan sus quejas por considerarlas menores o sencillamente por no perder el tiempo. En realidad, ninguna deficiencia en el servicio o maltrato por parte del personal de los hoteles es mínima.

Las quejas al respecto se deben reportar sin perder tiempo. Para ello basta que se solicite el "libro de registro de quejas y sugerencias" que, de acuerdo con la Ley, los establecimientos de hospedaje deben poner a disposición de los usuarios. En este libro se pueden asentar las denuncias para que la Sectur atienda las protestas allí manifestadas.

Agencias de viajes

Si usted acude a una agencia de viajes, recuerde que todos los servicios que proporcionan son gratuitos, pues sus ganancias las cobran directamente a los prestadores de servicios turísticos. Por ejemplo, le cuesta lo mismo reservar una habitación directamente en el hotel, que hacerlo por medio de una agencia. Además, se ahorra tiempo y llamadas telefónicas.

No obstante, es importante que al acudir a una agencia de viajes se tomen algunas precauciones, como verificar que la agencia cuenta con cédula turística expedida por la Sectur; revisar que en los "paquetes turísticos" que le ofrezcan se señalen los servicios de que constan, sus características, el precio total, las condiciones de pago y su vigencia; pedir sus recibos o facturas correspondientes. Recuerde que si por alguna razón, ajena a los turistas, la agencia cancela un "paquete", deberá reembolsar el total del anticipo o pagos que se hayan hecho. Cualquier anomalía repórtela en el "libro de quejas y sugerencias".

Fuente: Secretaría de Turismo. Departamento de Derechos del Consumidor / INCO.

Mario Antonio Caballero

Usted pregunta

1. ¿Está permitido que las escuelas particulares aumenten su cuota de inscripción y sus colegiaturas?

Durante la vigencia de un ciclo escolar no pueden aumentar las colegiaturas, salvo que al inicio del mismo ciclo se hubiera convenido con los padres de familia -o sus representantes- que así se haría.

La Ley Federal de Educación no establece ningún límite legal para el incremento de colegiaturas. Sin embargo, existe una circular expedida el 22 de mayo de 1987 por la Dirección General de Incorporación y Revalidación de la Secretaría de Educación Pública (SEP), que establece como obligación del particular, convenir con los padres de familia cualquier incremento o modificación de las colegiaturas, cuando menos 30 días antes de iniciarse el periodo de inscripciones.

2. ¿Qué es la Sociedad de Padres de Familia (SPF) y para qué sirve?

Es el organismo de representación de los padres ante las autoridades escolares.

La SPF se encarga de resolver todos los problemas educativos que los niños tengan en común.

Además, en nombre de los asociados, la SPF también sirve para proponer (a las autoridades) las medidas adecuadas para la mejor prestación del servicio educativo y para participar en las actividades que se realicen en la escuela.

3. ¿Cómo saber si una escuela privada está registrada ante la Secretaría de Educación Pública (SEP)?

Usted puede comunicarse a la Dirección General de Incorporación y Revalidación, de la SEP, al teléfono 540 26 89, en la ciudad de México y proporcionar el nombre de la escuela y el número de registro que ostenta. Con estos datos le darán la información que solicite.

4. ¿Los estudios que se hacen en una escuela privada tienen validez oficial?

Los estudios que se imparten en las escuelas privadas se dividen en dos:

1. Con autorización: es decir, que la escuela está autorizada para impartir educación.

2. Con reconocimiento: significa que los estudios que allí se imparten tienen validez oficial.

Por lo tanto, para que los estudios tengan validez oficial, es necesario obtener el reconocimiento de la SEP, es decir, ostentar la leyenda de incorporación a la SEP, más el número de registro.

Cabe mencionar que la Ley Federal de Educación obliga a los particulares que imparten estudios con reconocimiento de validez oficial, a que mencionen en la documentación que expidan y la publicidad que hagan, la fecha y el número del acuerdo por el que se le otorgó dicho reconocimiento.

Asimismo, los particulares que imparten estudios sin reconocimiento de validez oficial, deberán mencionar esta circunstancia en su correspondiente documentación y publicidad, e inscribirse en la lista de planteles no incorporados a la SEP.

5. Al inscribir a nuestros hijos en una escuela, ¿el director puede solicitarnos material para el aseo del plantel?

No, ésta es una obligación que corresponde a la escuela, ya sea pública o privada.

6. El maestro de química faltó mucho tiempo a sus clases y quiere reprobar a los niños. ¿Qué podemos hacer los padres?

Los padres de familia pueden reportar, por escrito, esta anomalía en la Dirección General de Incorporación y Revalidación para que se vigile y se aplique lo dispuesto por la Ley Federal de Educación, en relación a los particulares que imparten educación.

Si algún maestro falta a clases durante largos periodos, sin duda no cumple con uno de los programas educativos de la SEP. De acuerdo con la Ley, la autorización a particu-

lares para impartir educación se otorgará siempre y cuando ajusten sus actividades y programas a los que señala la SEP e impartan educación con personal que acredite preparación profesional, entre otros requisitos. Cuando no se trate de particulares, la anomalía se reporta a la inspección de la zona de la escuela.

7. Al salir de la escuela, los niños de la secundaria son agredidos por grupos de pandilleros. ¿Qué podemos hacer los padres para que pongan vigilancia durante la salida?

En la ciudad de México se puede acudir a la Delegación Política correspondiente al domicilio de la escuela, para solicitar que se tomen las medidas necesarias ya que esta situación es una violación al reglamento de Policía y Buen Gobierno del D.F. Si vive en alguno de los estados puede acudir a la Presidencia Municipal de su localidad.

8. En la escuela donde estudia mi hijo se nos pidió una cuota de 20 mil pesos por alumno, para mantenimiento de talleres. Al inicio de clases se aclaró que era voluntaria, y ahora se nos exige "lista en mano". ¿Qué podemos hacer si muchos padres no tenemos el dinero y las autoridades escolares amenazan a los alumnos con no permitirles el uso de los talleres?

Para el caso de colegios particulares, de acuerdo con las disposiciones emitidas por la Secretaría de Educación Pública, cuando se soliciten cooperaciones extraordinarias o pagos por cualquier otro concepto, se observarán las normas siguientes:

a) Las solicitudes de cooperación extraordinaria se someterán previamente a la consideración de los padres de familia, de las asociaciones o grupos que los representen.

b) Cada solicitud de cooperación extraordinaria expresará su destino y contendrá la mención de que es voluntaria.

c) Las aportaciones serán cobradas y ejercidas bajo la vigilancia de los padres de familia o de las asociaciones o grupos que los representen.

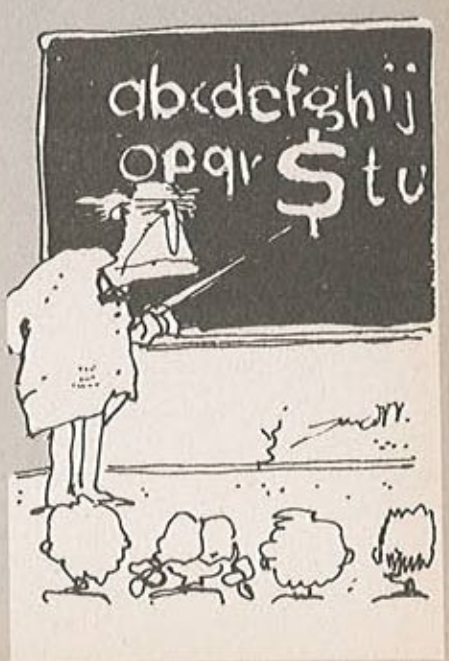
De acuerdo con lo expuesto, el prestador de servicios educativos **no puede obligar** al padre de familia a pagar una cuota extraordinaria por el concepto que indique, **ni tomar represalias** en contra del alumno, por no cubrir dicha cuota.

9. Estudio en un colegio particular y las cuotas de inscripción aumentan cada año. Quisiera saber cuál es el porcentaje (anual) autorizado, porque muchas veces se triplican las cuotas.

Para las escuelas particulares, la SEP nos indica que el prestador de servicios educativos se obliga a convenir, con los padres de familia, asociaciones o grupos que los representen, las cuotas de inscripción y colegiaturas, lapsos de vigencia, bases de modificación o incrementos necesarios dentro del mismo ciclo escolar, cuando menos 30 días antes de iniciarse el periodo de inscripciones y reinscripciones.

Las cuotas se darán a conocer, en todos los casos, dentro de las formas de inscripción o reinscripción y no podrán modificarse antes de que expiren los lapsos de vigencia que se hayan determinado para ellas.

El prestador de servicios se obliga a **no modificar** las cuotas dentro de un mismo periodo escolar, salvo cuando así lo hubiera convenido **previamente** con los padres de familia o sus representantes.



EL TOMATL

El jitomate es un fruto que ha sido el fiel acompañante de la cocina mexicana, tal como lo describe Salvador Novo en su obra **Cocina Mexicana o Historia Gastronómica de la Ciudad de México:** "Tomatl, cierta fruta que sirve de jugo en los guisos o salsas".

Se menciona que, cuando los mexicas se asentaron en Tenochtitlan, la laguna les brindó una gran riqueza de alimentos, entre los que destacaron las legumbres producidas en las chinampas, donde el jitomate pregona su coloración roja y la gordura que le da el nombre:

"Tomahua: engordar o crecer, o pararse gordo"

"Tomahuac: cosa gorda, gruesa o corpulenta"

"Tomahuacoyotl (condición o cualidad de tomate), gordura o corpulencia "

Posteriormente, en la época de la conquista, surgieron infinidad de platillos; el jitomate siguió formando parte de los caldillos, salsas y ensaladas que acompañan los guisos de nuestra cocina tradicional.

El jitomate es considerado como uno de los cultivos de mayor importancia en México. Su ciclo agrícola es de un año, durante el cual florece y da frutos. Se cultiva en zonas tropicales y subtropicales del país, que comprenden los estados de Sinaloa, Baja California Norte, Morelos, Guanajuato, Michoacán, Jalisco, Nayarit e Hidalgo.

Su fruto es denominado "baya" de consistencia suave y jugosa. Existen dos formas de jitomate: bola, que parece esfera; y guaje, semejante a una calabaza alargada.

El jitomate tipo bola es más suave y jugoso, mientras que el guaje es más compacto, masudo y menos jugoso.

Este alimento aporta vitaminas (como la "A") y minerales (como el calcio) y si lo combinamos con alimentos de los grupos de **cereales y tubérculos y leguminosas y alimentos de origen animal** obtenemos una dieta completa, ya que incluimos todos los nutrimentos que nuestro organismo necesita.

A continuación le sugerimos un platillo de nuestra cocina tradicional, que combina el jitomate con otros alimentos.

Enjitomatadas de requesón

Ingredientes:

18 Tortillas chicas
1 Taza de requesón
4 Jitomates
2 Chiles chipotles en vinagre
2 Dientes de ajo
2 Cucharadas de cilantro picado
- Aceite para freír

Preparación:

1. Ase el jitomate, lícuelo con el ajo y los chiles. Fríalo hasta que sazone.
2. Pase las tortillas por la salsa, para que se ablanden un poco, sin que se rompan.
3. Rellene las tortillas con requesón. Dóblelas a la mitad. Colóquelas en un platón, bañe con el resto de la salsa y espolvoré con cilantro.

Para obtener más información sobre alimentación y nutrición puede llamar al 568 87 22, en la ciudad de México; o a los teléfonos correspondientes de las Delegaciones del INCO en el interior del país.

Fuentes:
- *Novo, S.; Cocina Mexicana o Historia Gastronómica de la Ciudad de México, Ed. Porrúa, México, 1976, p.p. 10*
- *Zavala, B.; Recetas Fáciles y Económicas, Compañía Editorial Continental, México, 1982, p.p. 20.*
- *CONASUPO-ISSSTE... y la comida se hizo No.5 México 1986, p.p. 52.*

Al balcón con aplausos y chiflidos

Comparar y adquirir los uniformes escolares que nos garanticen mejor calidad es importante para que las prendas duren, por lo menos, todo el ciclo escolar sin sufrir decoloraciones, encogimientos o roturas en los primeros días de uso.

Chiflidos

Si a las primeras lavadas el uniforme encoge, no es porque su hijo haya crecido en unos cuantos días; si se decolora no es que hayan cambiado el color de los uniformes en las escuelas, y si se rompe, se desprenden los botones o el cierre, no significa que el "superniño" esté engordando, sino que los uniformes que usted adquirió son de mala calidad.

Considerando lo anterior, la rechifla por "prestar" oídos sordos a nuestras sugerencias, se la llevan en esta ocasión nada más y nada menos que las marcas D'CASTRO, NUEVO MUNDO, CASA GRANDE, LA MERCANTIL, PINKY, D.I.K. Y ROMAN, fabricantes de prendas de uniformes escolares.

Dichas marcas no han mejorado la calidad de sus productos en ninguna de sus características, por lo que obtuvieron la más baja puntuación en nuestra evaluación correspondiente.

Por fabricar uniformes "desechables" se hacen acreedores a ensordecedores chiflidos por parte de los consumidores indignados.

Aplausos

Merecidos aplausos para los fabricantes de prendas para uniformes escolares de primaria, secundaria y deportes, de las marcas TROFEO Y VICTORIA, quienes tomaron en cuenta las recomendaciones del INCO y mejoraron la calidad de sus productos, principalmente en lo que se refiere a la confección, acabado y etiquetado. Estas medidas significan un beneficio para los consumidores, ya que la duración de las prendas será mayor. ¡Aplausos! ¡Trofeo y Victoria para los consumidores!

Fuente: Departamento de Investigaciones Físico-Tecnológicas. INCO.

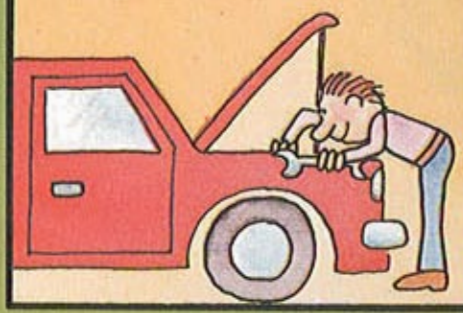
Amalia Beltrán

La Revista del Consumidor organo oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la busqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
El Instituto del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.
Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor. Unidad de Impresos y Suscripciones. Insurgentes Sur 1228-5o. piso. Código Postal 03210. Tel. 5 59 73 77 o al Apartado Postal 20600. México. D.F. Totalmente impresa en Editora de Periódicos. S.C.L. "La Prensa". prol. Pino 577. Col. Arenal. Tipografía: INCO. Depto. Comunicación y Diseño Gráfico. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidores Intermex. S.A. Afiliada a la Camara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Revistas del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del titulo de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos del Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos. Registro No. 015-1176. Características 218621408.

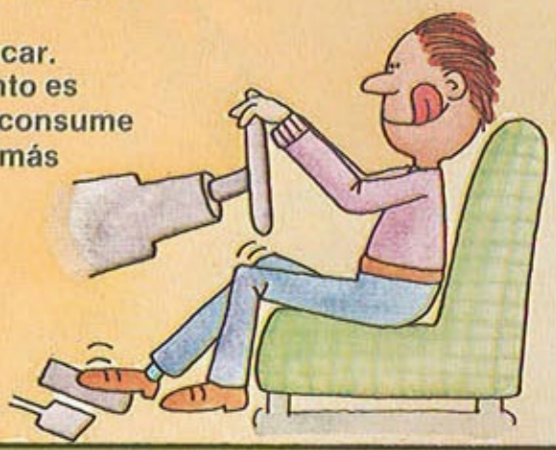
Como ahorrar gasolina

y ayudar a reducir la contaminación

Si afina su automóvil, ahorrará hasta un 25% de gasolina.

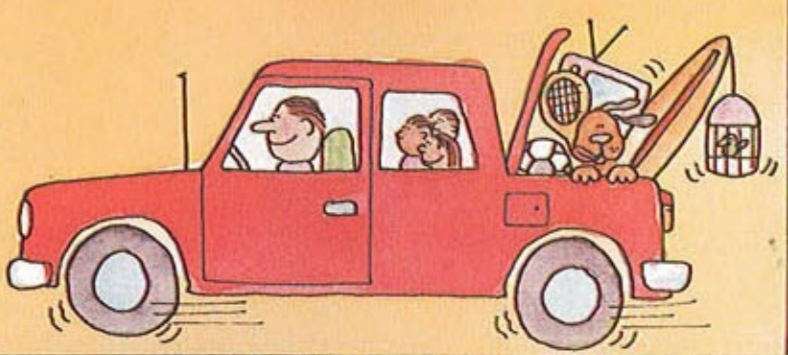


No bombee demasiado el acelerador antes de arrancar. Este movimiento es innecesario y consume hasta 5 veces más combustible.



El tiempo de calentamiento del motor del vehículo no debe durar más de dos minutos, porque además de que quema la gasolina inútilmente, contamina el ambiente.

Mantenga su vehículo tan ligero como sea posible: "no lleve de paseo" en la cajuela objetos que no necesite.



Mantenga cerrado el tanque con su tapón, no con otros objetos o trapos.

EN TELA DE JUICIO

¿Una toalla divertida?

¿Para qué sirve una toalla? La respuesta es obvia e inmediata: para secar la piel o para absorber líquidos.

Sin embargo, en este comercial de toallas Hilasal no se presenta la verdadera utilidad de este producto.

En el anuncio, un grupo de jóvenes juegan con la toalla y se "divierten" persiguiendo a una mujer.

En la secuencia, dos jóvenes sostienen una toalla por sus dos extremos, para cubrir el cuepo de una muchacha que se desviste y queda en traje de baño. De pronto, sueltan la toalla y la joven corre, perseguida por los dos hombres, mientras éstos le acarician los muslos.

Para los publicistas de este anuncio, esto puede ser un juego "divertido", pero ¿qué tiene que hacer una toalla en este juego?

La estrategia publicitaria, de este comercial, plantea utilizar las toallas Hilasal como mero objeto sexual al relacionarlas con este tipo de "juegos". Más aún: una mujer, con voz y actitud seductora, dice: "contigo" (en alusión a la toalla). Después un hombre pregunta "¿conmigo?", mientras surge la respuesta de tres jóvenes: "¡con todos!".

En este sentido, toalla y mujer son utilizadas de la misma forma: como objetos sexuales.

La publicidad de productos como éste no se encuentra reglamentada en la legislación vigente; sin embargo, es una publicidad que atenta contra los consumidores, al valerse de asociaciones sexuales para promover un producto que tiene una función específica: secar. ¿Acaso hay otro uso para una toalla?

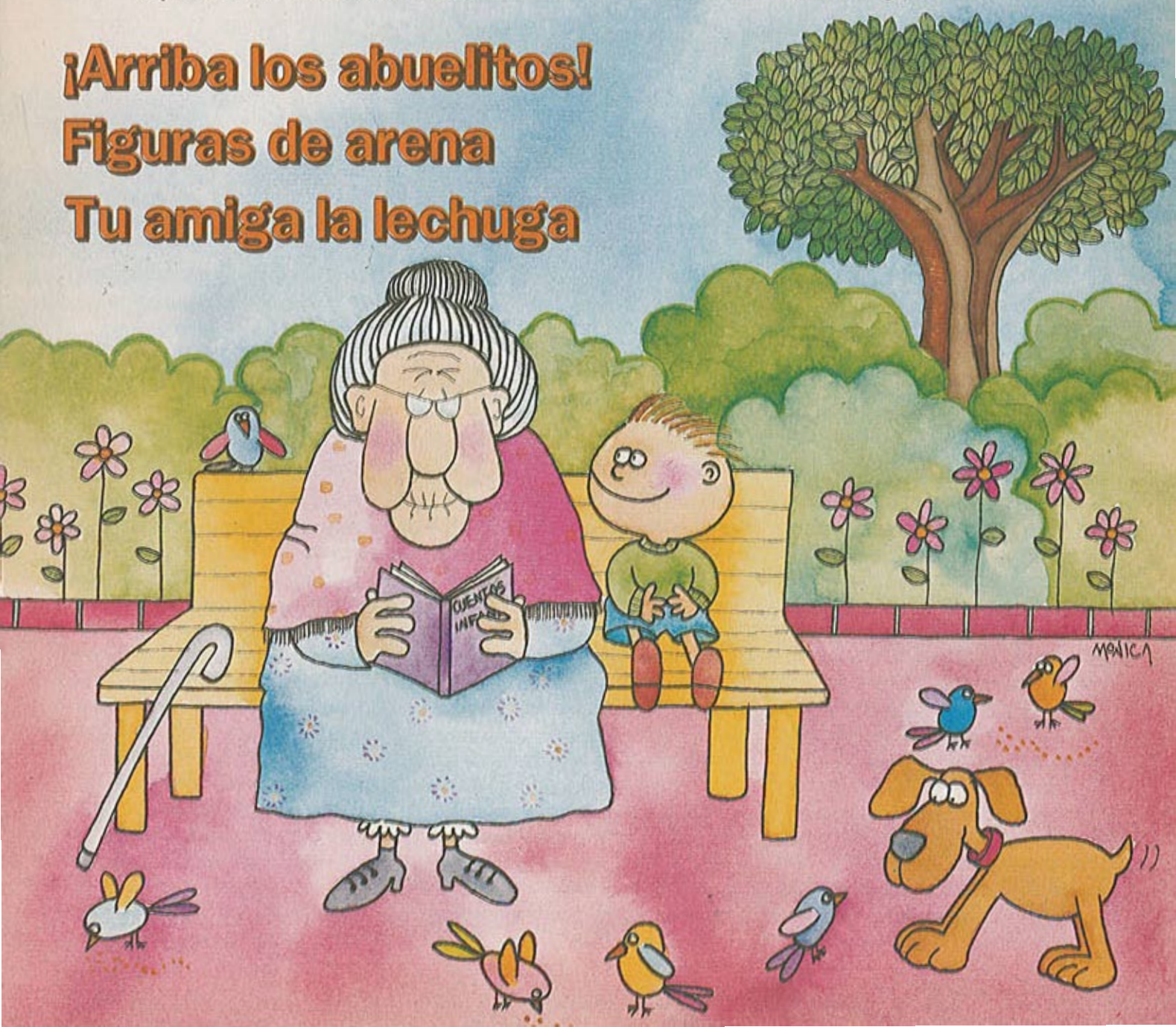
Usted, ¿qué opina?

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

EL BRINCO

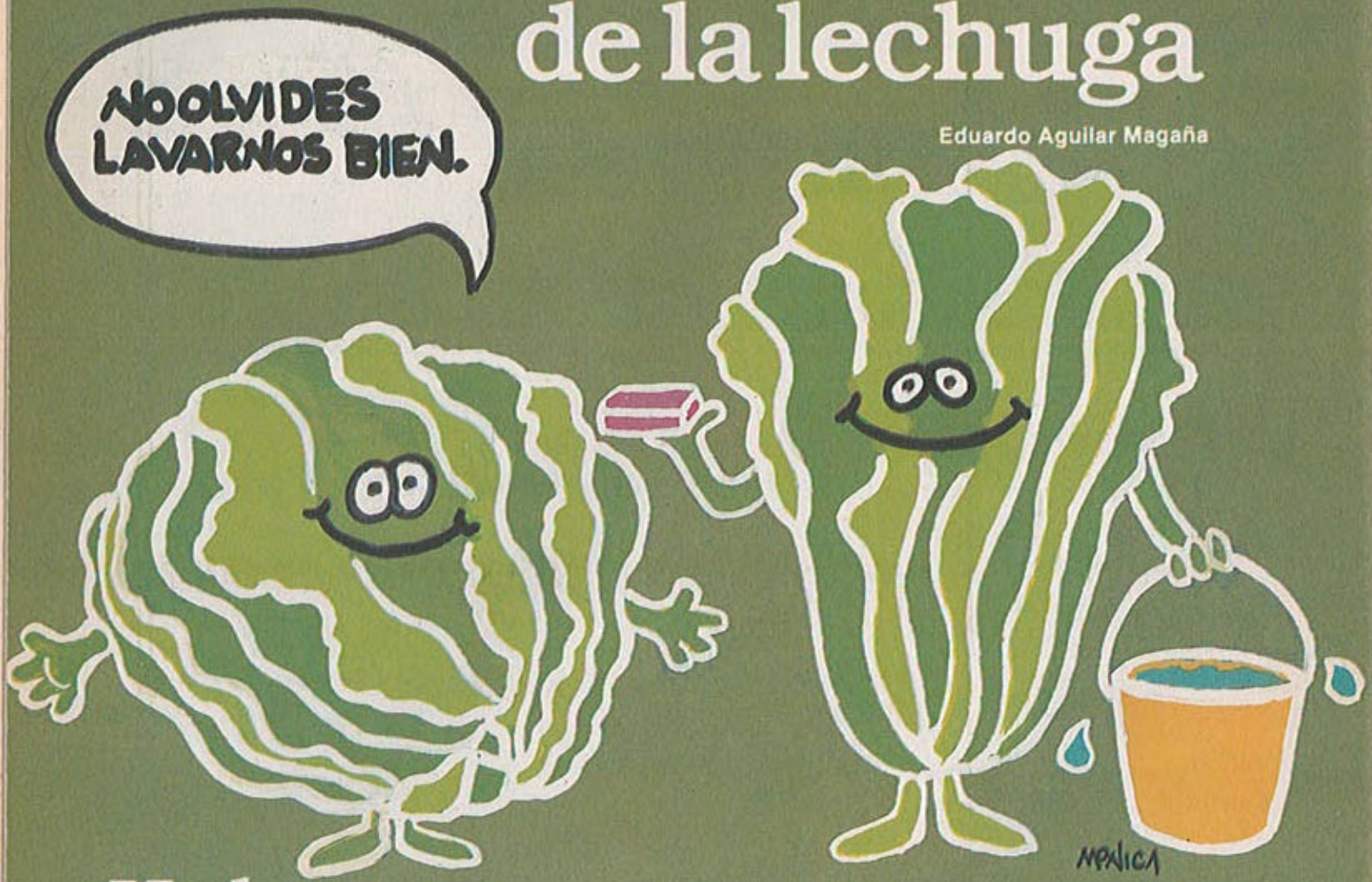
Suplemento de la Revista del Consumidor Coordinación: Teófilo Huerta M. Agosto 1988 79

¡Arriba los abuelitos!
Figuras de arena
Tu amiga la lechuga



Un saludo de la lechuga

Eduardo Aguilar Magaña



Hola, soy la lechuga. Seguramente ya me has comido en ensaladas, sopes, pambazos y en muchos otros platillos, pero quiero contarte algo acerca de mí.

Soy una verdura y mi cuerpo está formado por hojas de color verde que crecen en forma de flor. Soy originaria de Europa y Asia y mi nombre científico es "lactuca sativa", que significa jugo lechoso y saludable.

Me puedes encontrar en cuatro variedades: la "romanita", de forma redonda y con hojas en forma de concha; la "orejona", de forma alargada, con un tallo en el centro y de sabor fuerte; la "francesa", de hojas redondas y onduladas; y la "escarola", de hojas muy rizadas y con un sabor ligeramente amargo.

Pertenezco al grupo de alimentos que aportan vitaminas y minerales a tu cuerpo. Con mis vitaminas te ayudo a que tus ojos se adapten a la oscuridad, a conservar tu piel y a estimular tu apetito. Con mis minerales fortalezco tus dientes y tu sistema nervioso.

Una cosa me pone triste: en muchos lugares, principalmente en el D.F., a la hora de cultivarme me bañan con aguas sucias...Así, a pesar de que por naturaleza soy nutritiva, si no me lavas muy bien, puedo transportar gérmenes que dañan tu salud.

Yo te pido que nunca me comas en la calle y que en casa me den un higiénico baño, lavando perfectamente cada una de mis hojas para matar a los microbios y parásitos. También unas gotitas de cloro me pueden ayudar. Sólo así puedo sentirme tranquila de entrar a tu estómago.

RUMBO A CLASES (un cuento que puede ser real)

Concepción Barrera

Juan y Arturo eran dos hermanos que estudiaban en la misma escuela. A Juan siempre le gustaba jugar con sus cuadernos y lápices y no quería aprender cosas nuevas. Arturo, en cambio, era un niño estudioso y juguetón que cuidaba sus útiles.

Una noche, cuando Juan y Arturo dormían, sus mochilas empezaron a brincar y los útiles se salieron. El diccionario les dijo a los lápices, al sacapuntas y a los cuadernos que ya no podían aguantar que Juan los maltratara y que no irían más a la escuela. En eso, la escuadra y el compás del juego de geometría de Arturo, les dijeron que a lo mejor había otros niños como Arturo, que supieran cuidar sus útiles y que les gustara iluminar y hacer bien sus tareas; sólo que tendrían que buscarlos en otra escuela. Así, los útiles de Arturo ayudaron a los de Juan a regresar a la mochila que saltó por una ventana en busca de un nuevo dueño.

A la mañana siguiente, Juan y Arturo se despertaron y se arreglaron para ir a clases, de pronto Juan preguntó: "Oye Arturo, ¿no has visto mi mochila?". "No", respondió Arturo.

Buscaron y buscaron y sólo encontraron un recado que decía:

"Querido Juan:

Nos vamos porque nunca nos demostraste cariño y cuidado. Ojalá cuando tengas otros útiles no los maltrates y aprendas con ellos.

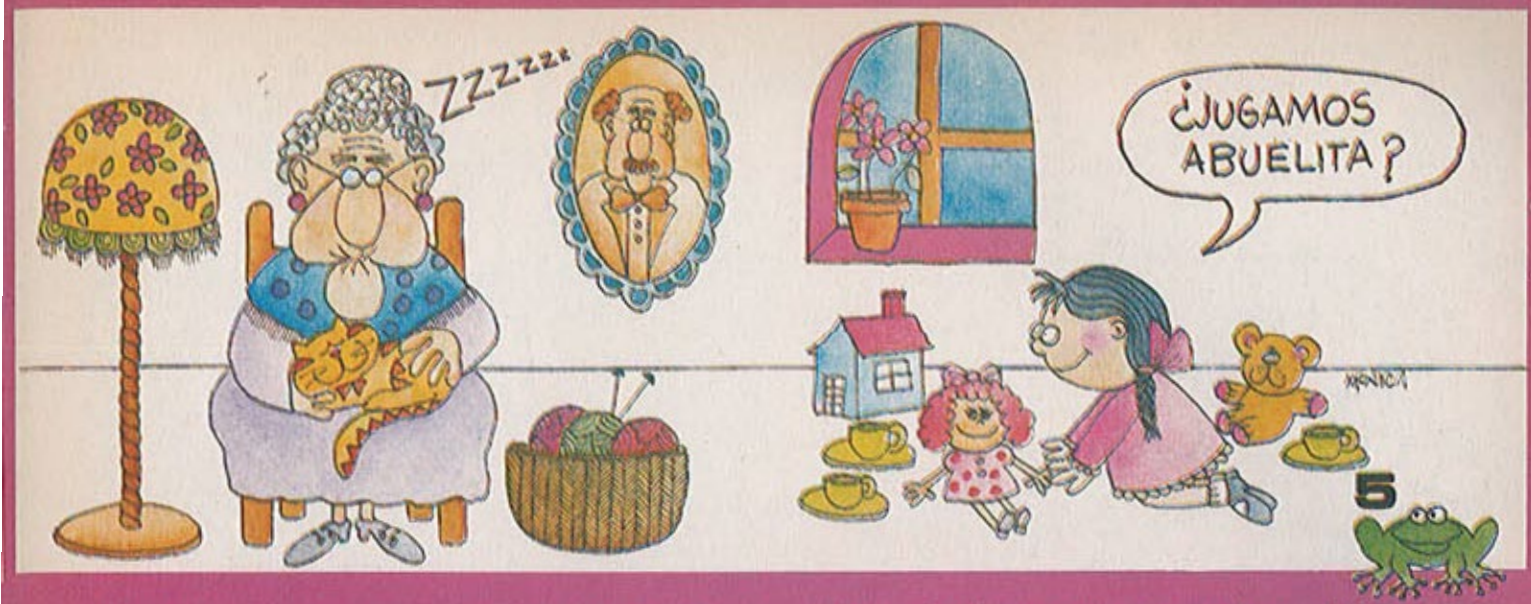
Te quieren:

tus útiles".

DIME ABUELITO

Jaqueline Ortega

En agosto se celebra el Día Mundial del Anciano, y nosotros nos hemos puesto a pensar en esos seres tan llenos de vida, con mucha experiencia, que nos enseñan a vivir, a jugar, a amar, a respetar, a obedecer; esos seres a los que cariñosamente les decimos "abuelitos". Nuestros abuelitos ríen, lloran y gozan al parejo nuestro; sus cabellos blancos son símbolo de paz, de tranquilidad, de conocimientos, de amor. Algunos amigos brincadores opinaron sobre sus abuelitos y lo que han aprendido de ellos:



"A obedecer a los mayores, a coser, cocinar, a jugar bien sin pelearme con los demás". Paola García, 9 años.

"A no decir groserías, a portarme bien, a no pelearme, a hacer la comida, en fin, me ayudan en todo y sobre todo a que sepa convivir con la gente". Leopoldo Albores Martínez, 11 años.

"Todas las dudas que tengo sobre el cuerpo humano, mis abuelitos me las aclaran; me orientan para que no cometa los errores que ellos han cometido". Ma. Luisa Vite Ibarra, 13 años.

"A obedecer a mis papás, a jugar bien (jugamos a la lotería) y a ayudar a mi mamá. Ellos me regalan juguetes y ropa, me hacen caso y casi no se enojan conmigo". Noé Araos Licona, 9 años.

"Mis abuelitos me han enseñado que toda la gente debe de trabajar y ser honrada. Me gusta jugar con ellos a la matatena, a serpientes y escaleras, fichas y al dominó". Eulogio Ugalde, 11 años.

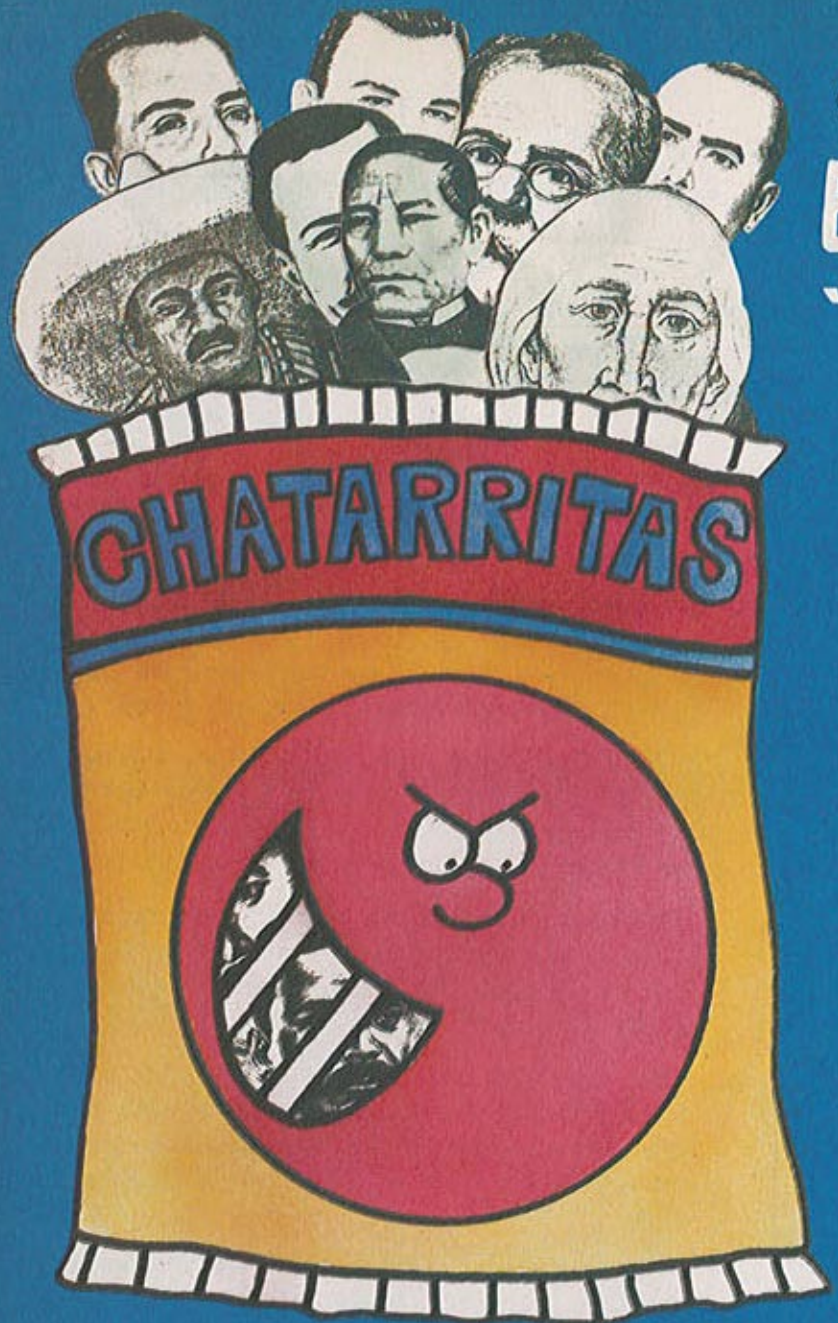
"A portarme bien, a no ser enojona, a respetar a los mayores, a hacer la tarea a tiempo. Juego con mi abuelita a la pelota y a las muñecas; a mi abuelito muy pocas veces lo veo. Me gusta que me cuenten sus experiencias". Karina Vega Parra, 14 años.

"A jugar, me ayudan a hacer mi tarea; siempre me dicen que debo obedecer a mis papás, maestros y mayores, que cuide a mis hermanitos y que estudie mucho". Juan Carlos Vyera López, 7 años.

"A ser educado y respetuoso con los demás. Quiero a mis abuelitos por su forma de ser conmigo, me ayudan y me comprenden". Luis Oscar Hernández, 13 años.

¿Y tú qué puedes contarnos de tus abuelitos? Brinca al correo y envíanos tu respuesta.

¿LOS HEROES EN ALIMENTOS "CHATARRA"?



¿Tú crees que los grandes personajes históricos de nuestro país, como Moctezuma o Hidalgo, hubieran llegado a comer "alimentos chatarra"?

Pues ahora resulta que a estos importantes personajes se les relaciona nada menos que con las papitas, los chicharrones y demás frituras. Sí, porque a quienes hacen estos "alimentos", ahora se les ha ocurrido incluir en las bolsas de sus productos, estampas y figuras de plástico que representan a los héroes nacionales.

Si bien es importante saber quién fue cada uno de los prominentes hombres y mujeres de nuestra historia, no se vale ofrecer conocimientos sobre historia con la condición de gastar dinero en la compra de frituras que, además, dañan la salud.

Seguramente si Cuauhtémoc y Morelos vivieran, se disgustarían mucho por ser manejados como mercancías. Sobre todo, tú debes saber que ellos se preocupaban por consumir buenos alimentos para ser inteligentes y poder conducir los destinos de la nación y, lo más importante, ellos siempre lucharon contra los engaños al pueblo.

No te vayas con la "finta" y si quieres saber más de nuestros héroes, recuerda que en las bibliotecas existe mucha información gratuita sobre ellos.

Fotos: J. González.

"En las playas de todos los mundos se reúnen los niños... gritando y bailando... Hacen casitas de arena y juegan con las conchas... En las playas de todos los mundos se reúnen, en una gran fiesta, todos los niños..."

Rabindranath Tagore

ESCULTURAS DE ARENA

Pópolo

Si conoces el mar o lo has visitado en tus vacaciones, de seguro además de disfrutar del agua, las olas y el sol, te has puesto a jugar con la arena.

La arena no sólo sirve para jugar a "enterrarnos" o para hacer castillos, sino que es un fabuloso material natural con el cual podemos fabricar las figuras que nos dicte nuestra imaginación.

Con la ayuda de algún recipiente, una regla y una cubeta para trasladar agua y humedecer la arena, podemos pasar alegres momentos y descubrir nuestras aptitudes artísticas.

En muchas playas de nuestro país, en ocasiones se han celebrado interesantes concursos de escultura en arena que ojalá se hicieran más a menudo y con el mismo entusiasmo de otros años. Por lo pronto, en estas vacaciones te invitamos a que sin desembolsar una moneda, juegues con la arena y con ella descubras tus habilidades como escultor.

el correo de los brincadores

brinquitos

El Congreso de los Niños **en T.V. cumple ¡12 años! velo los lunes, miercoles y viernes de 16:30 a 17:30 hrs. por Canal 11.**

Mayo 12 1988

Queridos amigos del Brinco:

- Hola me llamo Diana Iwizbet Vaquero Negrete me gusta mucho el Brinco yo siempre leo.
- Me gusta porque es informativo y nos ayuda a hacer cosas que nos ayudan en la casa, paseos, escuela etc.
- Tambien nos ayuda a cuidar la naturaleza

Diana

Diana Vaquero Negrete
Circuito Ribera de Echegaray #12
Fraccionamiento Ribera de Echegaray
C.P. 53300 Naucalpan
Edo. de Mex.

Diana: Tras de brincar y dar maromas de gusto por las líneas que nos dedicas, te felicitamos por leer y por querer estar informada. Te invitamos cordialmente a que les digas a tus compañeros y amigos que nos lean y escriban.

El Brinco **necesita de tí, de tu opinión y de tus comentarios. Escribe a:**

El Brinco
Insurgentes Sur 1228, 5o. piso
Col. Tlacoquemécatl del Valle
03210, México, D.F.